
ПРОБЛЕМИ РЕАЛІЗАЦІЇ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕГАЮЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ У СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОГО НАВЧАЛЬНОГО ВІДДІЛЕННЯ

УДК 371.72

Семенов А. С., Данильчук І. П., Семенова І. Л.

Національний університет кораблебудування імені адмірала Макарова

Наголошено на важливій ролі самовиховання, реалізації індивідуального потенціалу особистості в процесі занять фізичною культурою та спортом. Одним з головних завдань є підвищення рівня інформованості студентів у питаннях оздоровлення й наявності потенційних фізичних можливостей для майбутньої життєдіяльності, професійного самоствердження.

Ключові слова: фізична культура, студенти, можливості, мотивація, здоров'я.

Відомо, що якісна складова різних проявів життєдіяльності людини безпосередньо залежить від рівня його здоров'я [4]. В умовах ринкової економіки потенціал здоров'я особистості здобуває роль провідного фактора успішної професійної кар'єри. Разом з тим має місце й зворотна залежність: ступінь соціальної інтегрованості молодого фахівця, затребуваності отриманого утворення в процесі трудової діяльності, ступінь задоволення від характеру роботи багато в чому визначають його здоров'я.

Оволодіння мистецтвом ведення такого способу життя, який би не порушував налагодженої роботи найтонших природних механізмів, відбувається протягом всього життя індивідуума, починаючи із самого раннього віку. У даному контексті певним переломним рубежем є період навчання у ВНЗі, по суті, відправна крапка в професійному становленні, модернізації особистісних орієнтирів [3].

У період навчання у ВНЗі велике значення має формування потреб, гідних здорових особистостей, на певній моральній висоті й відповідних програмним цілям оптимального соціального розвитку. Процес утворення повинен

забезпечувати оптимальні умови для реалізації потреб студентів в одержанні професійно значимої інформації, пізнанні, спілкуванні, соціальному визнанні й особистому самовираженні [1, 2].

Високі вимоги сучасного життя до стану здоров'я підсилюють значення фізичної культури як оздоровчого фактора, особливо для тих молодих людей, які у зв'язку з перенесеними захворюваннями не можуть повною мірою використати можливості загальноприйнятої системи фізичного виховання. У даному контексті ключова роль належить формуванню фізичної культури особистості студента з обліком його індивідуальних здібностей і мотивації як одному з факторів соціокультурного буття, що забезпечують високий біологічний потенціал життєдіяльності.

Мета роботи – проаналізувати фактори, що впливають на реалізацію здоров'язберігаючих технологій у процесі фізичного виховання студентів спеціального навчального відділення.

Для досягнення мети ставили наступні *завдання*:

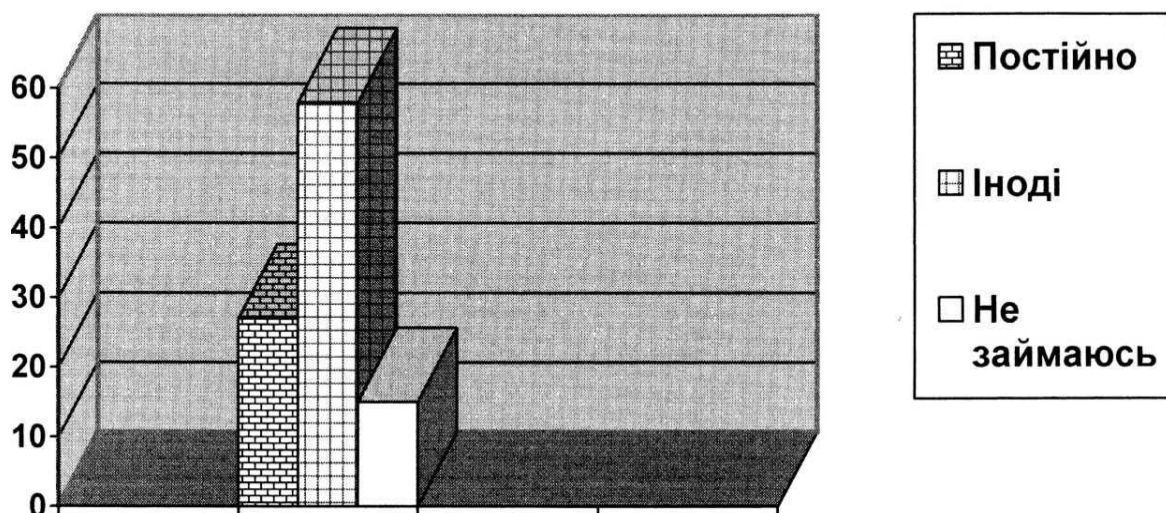
- вивчити ступінь виразності інтересу й потреби студентів до занять фізичною культурою й спортом;
- досліджувати рівень інформованості студентів у питаннях збереження й зміцнення здоров'я;
- позначити фактори, що впливають на формування здоровогоцентрічних установок студентів.

Для досягнення поставленої мети, авторами Національного університету кораблебудування було проведено опитування студентів. Згідно анкети, розробленої авторським колективом, було опитано 80 студентів четвертого курсу, які займаються фізичною культурою в спеціальних медичних групах.

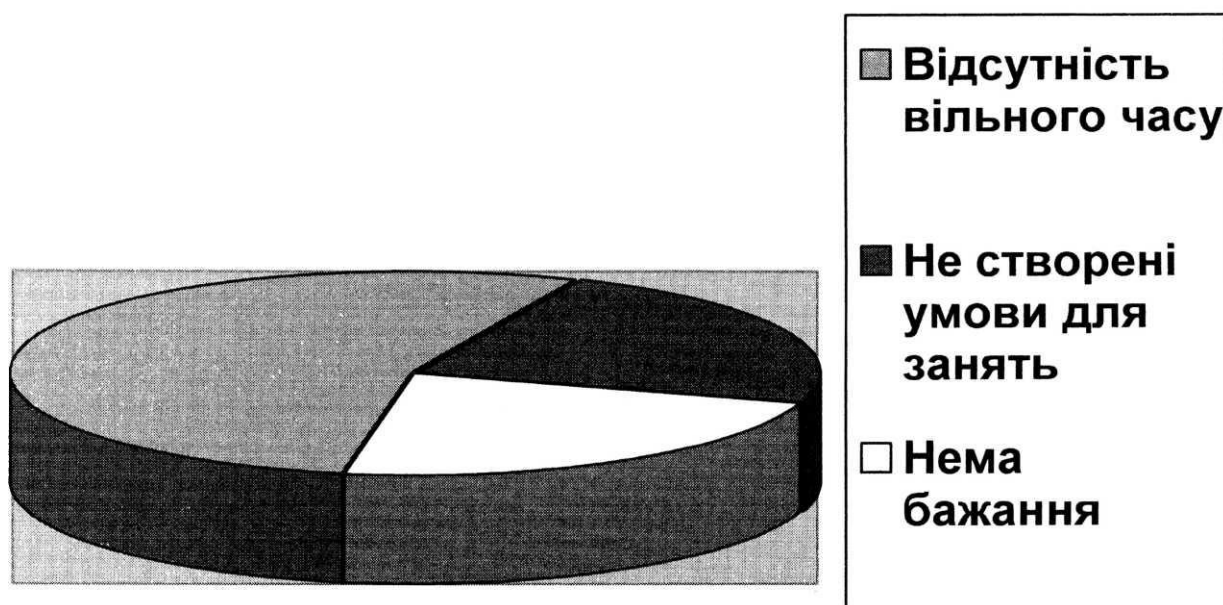
Результати дослідження.

Згідно даним соціологічного опитування студентів, постійно займаються фізкультурою й спортом – 27%, час від часу – 58%, зовсім не займаються – 15% (мал. 1)

Як основна причина своєї низької фізкультурно-спортивної активності респонденти вказали відсутність вільного часу (54%) і умов для занять (23%), і 23% послалися на відсутність бажання (мал. 2).

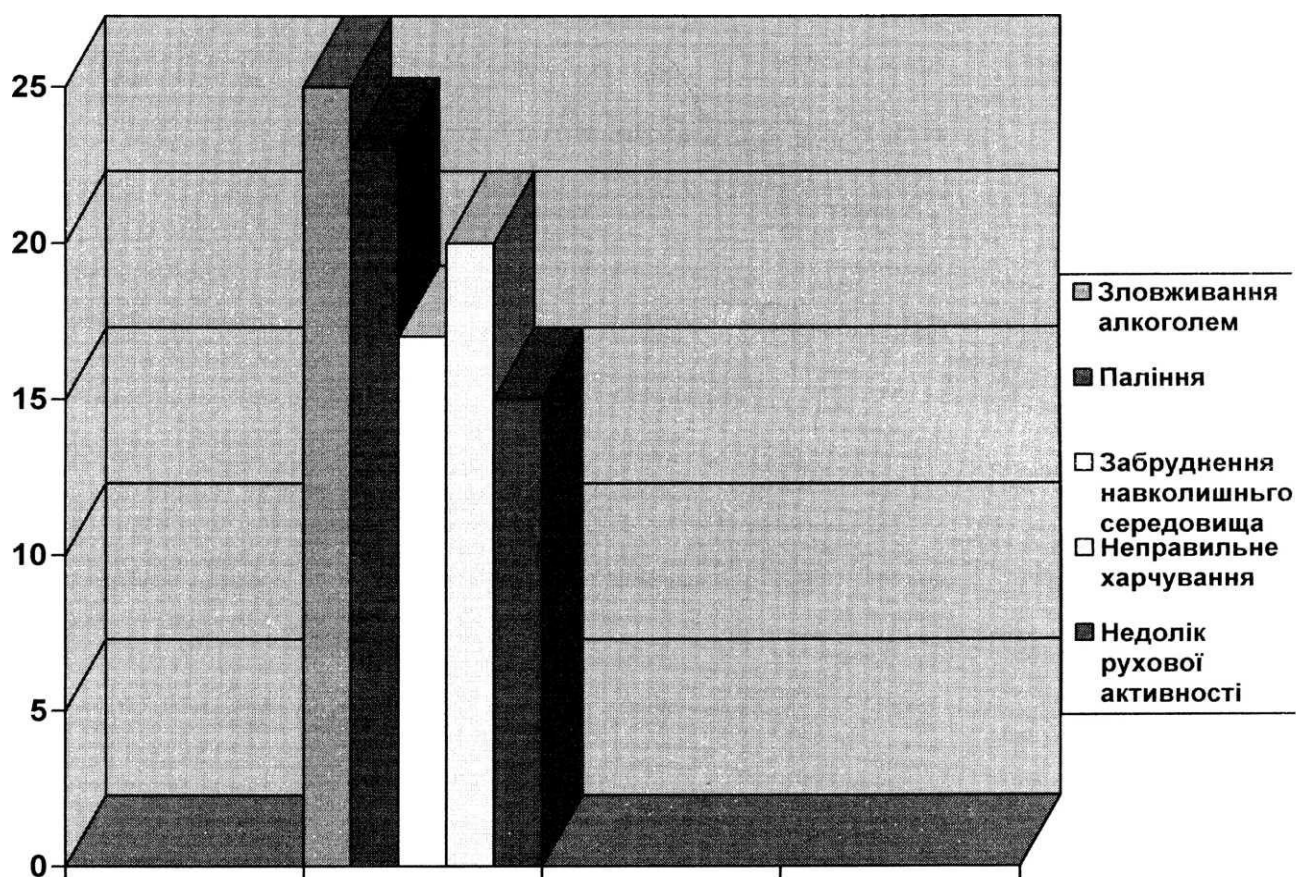


Мал. 1. Систематичність занять студентів фізичною культурою й спортом



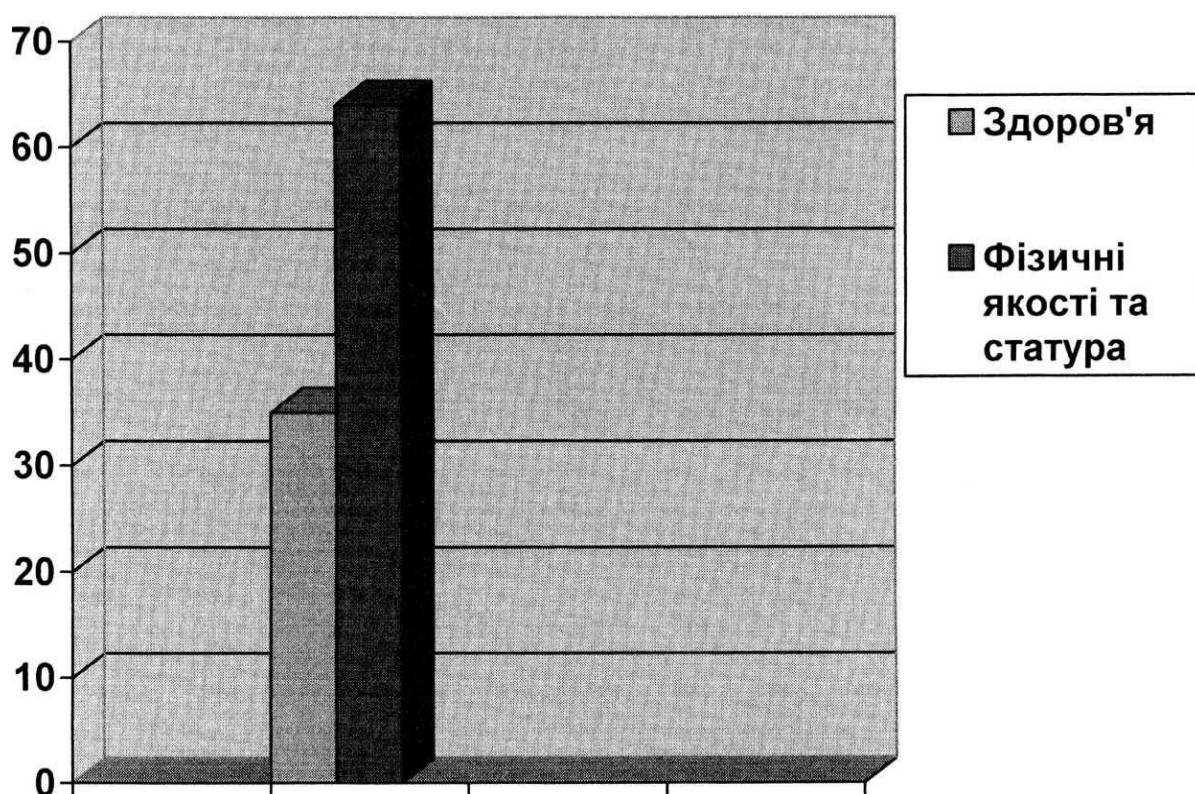
Мал. 2. Причини фізкультурно-спортивної пасивності

Більшість студентів, що прийняли участь в анкетуванні, сумніваються в можливості за допомогою занять фізичною культурою й спортом змінити стан свого здоров'я. Такі погляди засновані, насамперед, на помилковій, але широко поширеній думці про те, що стан здоров'я людини залежить не стільки від його власних зусиль – і, зокрема, від його рухової активності, – скільки від інших факторів: генетичних, екологічних і інших. Так, наприклад, 25% студентів до числа найбільш шкідливих і небезпечних для здоров'я людини факторів віднесли зловживання алкоголем, 23% – паління, 17% – забруднення навколишнього середовища, 20% – неправильне харчування й тільки 15% – недолік рухової активності (мал. 3).



Мал. 3. Найбільш шкідливі фактори для здоров'я людини (на думку студентів).

Ще одна важлива причина слабкої орієнтації молодих людей у своєму реальному поводженні на фізкультурно-спортивну діяльність як засіб оздоровлення й фізичного вдосконалення – низький статус останніх у загальній системі ціннісних орієнтацій. Наприклад, 64% студентів надає величезного значення фізичним якостям і статурі, і лише 35% здоров'ю. Крім цього 28% опитані дали позитивну відповідь на питання про те, чи можна вважати культурною людиною того, хто не піклується про своє здоров'я (мал. 4).



Мал. 4. Ціннісні орієнтири студентів під час занять фізичною культурою й спортом

Висновки.

Проведені дослідження показали необхідність модернізації сучасних підходів до формування ціннісних установок на здоровий спосіб життя в майбутніх фахівців. При цьому важлива роль приділяється самовихованню, реалізації індивідуальних потенціалів особистості в процесі занять фізичною культурою й спортом. Одним з головних завдань є підвищення рівня інформованості студентів у питаннях оздоровлення й наявності потенційних фізичних можливостей для майбутньої життєдіяльності, професійного самоствердження.

Подальші дослідження будуть спрямовані на вивчення інших аспектів проблеми реалізації здоров'язберігаючих технологій у процесі фізичного виховання студентів спеціального навчального відділення.

Література

1. *Вржесневский И.И.* Унифицированная система оценки физических возможностей студентов специального отделения ВУЗа (Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту / збірник наукових праць за редакцією проф. Єрмакова С.С. / – Харків: ХДАДМ (ХХП), 2006. – №9. – с. 44-48.

2. *Фандикова Л.В.; Щербак Л.М.* Мотивация к физкультурно-оздоровительным занятиям у студентов специального отделения гуманитарных ВУЗов (Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту/збірник наукових праць за редакцією проф. Єрмакова С.С. / – Харків: ХДАДМ (ХХП), 2006. – №6. – с. 117-120.

3. *Выдрин В.М.* Физическая культура – вид культуры личности и обществ (опит историко-методологического анализа проблемы) / В.М. Выдрин. – 2-е изд., испр. и доп. – СПб.: ГФАК им. П.Ф. Лесгафта, 2004. – С. 164.

4. *Разумов А.Н.* Здоровье здорового человека / А.М. Разумов.; В.А. Пономаренко.; В.А. Пискунов. – М: Медицина, 1996. – с. 76-86.

5. *Татур Ю.Г.* Образовательный процесс в ВУЗе. Методология и опыт проектирования / Ю.Г. Татур. – М.: Из МГТУ им. Н. Э. Баумана, 2005. – с. 7-25.

Semenov A. S., Danilchuk I. P., Semenova I. L. Problems of realization population health of technologies in system of physical training of students of special educational branch

In the article the modern problems of forming of motivation to works physical culture and sport by the students special educational department are analyzed. Necessity of modernization of modern approaches to formation of valuable installations on a healthy way of life at the future experts is shown. Thus the important role is allocated to self-education, realization of individual potentials of the person

during employment by physical training and sports. One of the main tasks is increase of a level of knowledge of students in questions of improvement and presence of potential physical opportunities for the future ability to live, professional self-affirmation.

Key words: *physical culture, students, motivation and health.*