

ФОРМУВАННЯ У СТУДЕНТІВ ПОТРЕБИ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ FORMING STUDENT'S NEEDS TO THE PHYSICAL TRAINING

Данилюк В.М., Назарова І.І., Розпутній О.П.
Національний університет харчових технологій м. Київ, Україна

V.M. Danilyk, I.I. Nazarova, O.P. Rozputniy
National University of Food Technologies, Kiev, Ukraine

Abstract. Indicators of health, physical development and motor activity of students have significantly reduced during last year's, that requires steady improvement and scientific substantiation of new technologies in sport and recreation activities. The main purpose in teaching and educating students is forming needs in physical education.

Постановка проблеми. Сучасні умови життя впливають на фізичну активність студентів, що проявляється в зниженні їх фізичного розвитку і підготовленості. Сприяння фізичному і професійному самовдосконаленню повинно бути залучення студентів до самостійних занять фізичною культурою, прищеплення у них потреби в систематичних заняттях фізичними вправами. У структурі загальної фізичної культури особистості студента значне місце відводиться на «вдосконалення особистих здібностей, розвиток виховної і освітньої функції студента».

Завдання дослідження. Визначити умови, що впливають на формування у студентів потреб до занять фізичною культурою і спортом.

Методи дослідження. Аналіз та узагальнення науково-методичної літератури, психологічної та педагогічної літератури, соціологічне опитування студентів.

Результати дослідження. Дослідження базувалося на особистісно-орієнтованому, індивідуальному і диференційованому підходах до процесу навчання. При виявленні елементів виховного впливу в різних сферах діяльності визначальне значення мали педагогічні концепції в галузі управління розвитком освітніх систем.

Розвиток масової фізичної культури і спорту є в даний час важливою складовою частиною державної економічної політики, при цьому можливості, які надаються фізичною культурою використовуються не ефективно. Одна з основних першочергових завдань у вихованні студента стійкого інтересу в регулярних заняттях фізичною культурою і спортом може бути успішно вирішена при створенні педагогічних умов стимулюючих формування потреби до занять фізичною культурою.

Доводиться відзначати, що фізичною культурою і спортом в даний час активно займається не більше 20% населення. Причинами цього, найчастіше є: відсутність спортивних об'єктів, відсутність пропаганди здорового способу життя, висока вартість послуг, що надаються сферою фізичної культури. Не випадково в останні роки спостерігається зростання кількості студентів які мають великі відхилення в стані здоров'я. Одним з найважливіших компонентів, що складають структуру активності занять фізичною культурою і спортом, є внутрішнє бажання і інтерес до занять у кожної окремої людини. Тому формування у студентів потреби фізкультурної діяльності повинно стояти на чолі кута фізкультурно-оздоровчої роботи будь-якого освітнього закладу. Велику роль при цьому відіграватиме усвідомлення студентами справжнього рівня свого фізичного розвитку і необхідності в його вдосконаленні.

У фізкультурно-оздоровчій роботі, що проводиться в вузі необхідно прагнути до вирішення завдань досягнення рівня освіченості, коли пізнавальні інтереси в галузі фізичної культури переростають в потребу руху, збільшення кількості самостійних занять.

Самостійні заняття сприяють кращому засвоєнню навчального матеріалу, дозволяють збільшити загальний час занять фізичними вправами, прискорюють процес фізичного вдосконалення, являють собою один із шляхів впровадження фізичної культури і спорту в побут і відпочинок студентів.

Поруч із навчальними заняттями правильно організовані самостійні заняття забезпечують оптимальну безперервність, і ефективність фізичного виховання.

Фізичні вправи в режимі дня спрямовані на зміцнення здоров'я, підвищення розумової і фізичної працездатності, відпочинку студентів, збільшення особистого часу на фізичне виховання.

Масові оздоровчі, фізкультурні і спортивні заходи спрямовані на широке залучення студентів до регулярних занять фізичною культурою і спортом.

Даючи позитивну оцінку у вирішенні проблеми фізичного виховання студентів, потрібно зауважити, що єдиних підходів в розгляді питань щодо формування у студентів потреби у фізичній культурі, її видів, форм, методів їх використання в процесі фізичного виховання недостатньо. Відсутність розробленої системи формування у студентів потреби до занять фізичною культурою, робить розробку цього завдання вкрай актуальною.

Формування потреби студентів до занять фізичною культурою зумовлюється особистісно-орієнтованим підходом до фізичного виховання в єдності теоретичного і практичного компонентів, відходом від жорсткої регламентації занять з фізичної культури.

Формування потреби студентів до занять фізичною культурою є одночасно метою, засобом, механізмом і фактором успішності навчання студентів в області фізкультурної освіти. В даний час при вирішенні цієї проблеми неможливо уникнути проблем, які супроводжують фізичне виховання у вищій школі, від якої в прямій залежності знаходиться якість навчання студентів і рівень підготовленості майбутнього фахівця.

Отже, для підвищення у студентів рівня мотивації до занять необхідно освітній процес з фізичної культури проводити на основі особистісно-орієнтованого підходу з урахуванням інтересів студентів до занять різними видами спорту.

Теоретичний аналіз досліджуваної проблеми показав, що в процесі фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів не враховуються їх

особистісні якості та інтереси, які дуже впливають на процес формування потреби до занять фізичною культурою та спортом.

Одним з ефективних шляхів вирішення проблеми формування потреби до фізкультурної діяльності є вдосконалення організації, змісту, засобів і методів фізкультурно-оздоровчих занять студентів.

Формування у студентів потреби в заняттях фізичною культурою передбачає організацію здоров'я зберігаючого середовища фізичного виховання у вузі, яка активізувала б їх дії і вчинки для збільшення адаптаційних резервів організму, сприяла б закріпленню у них бажання опановувати необхідними знаннями та вміннями з метою збереження свого здоров'я.

Розгортання і формування для розвитку студента на всіх етапах навчання мотиваційної сфери повинен обумовлювати особистісно-орієнтований і діяльний підхід в роботі педагога. Перенесення певних психолого-педагогічних положень теорій в практику вимагає внесення коригувань в фізкультурно-оздоровчі заняття, розкриває необхідність приділяти достатню увагу ціннісно-смісловим орієнтирам.

Висновки. Застосування засобів і методів в процесі фізичного виховання щодо формування потреби у студентів до занять фізичною культурою дозволить домогтися життєвої важливості і необхідності занять фізкультурною діяльністю для подальшого розвитку і досягнення професійних успіхів у трудовій діяльності. Необхідний пошук нових підходів в діяльності викладачів, які базуються не тільки на підвищенні їх рівня фізичної підготовленості, але і на збільшенні резервів здоров'я студентів, прищепленні їм потреби в фізкультурній діяльності. При цьому слід переглянути систему організації фізичного виховання у вузі. Найбільш важливим складовим компонентом всієї системи реконструкції фізичного виховання у вузі повинен стати мотиваційний аспект.

У той же час усвідомлення факту, що сучасна система фізичного виховання в державному освітньому закладі вищої професійної освіти, в основі якої лежить примусова підготовка під обов'язкові і єдині для всіх вимоги і

нормативи, знаходиться в протиріччі з інтересами студентів, дає підставу сподіватися, що студенти стануть активно сприяти її перебудові на особистісно-орієнтованій основі.

Список використаних джерел:

1. Захаріна Є. А. Формування мотивації до рухової активності у процесі фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / Є. А. Захаріна. – Запоріжжя, 2008. – 198 с.
2. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы / Е. П. Ильин. // — СПб.: Питер, 2006. — 508с.
3. Иргашева И. А. Влияние мотивации студентов на эффективность занятий физической культурой и механизмы ее формирования в современной молодежной среде/ И. А. Иргашева // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. — Новосибирск, 2014. — № 38. — С. 149–154.
4. Конеева Е.В Физическая культура. Учебное пособие для ВУЗов «Феникс», - М.: 2005. – 246 с.
5. Круцевич Т.Ю. Критерии эффективности системы физического воспитания молодежи. - М.: БЕК, 2004. – ш9127 с.
6. Круцевич Т.Ю. Отношение студентов к занятиям по физическому воспитанию в вузе / Т.Ю. Круцевич, О.Ю. Марченко // Физическое воспитание и спорт в системе образования как фактор физического и духовного оздоровления нации / Международная науч.-практ. конф. — Минск : БГУФК, 2009. — Ч. 2. — С. 150-153.
7. Муллер А.Б. Физическая культура : учебник для вузов / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко, А. Ю. Близневский, С. К. Рябинина – М.: Изд-во Юрайт, 2013. – 424 с.
8. Худолій О.М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання: навч. посібник. / О.М. Худолій. // – Харків: “ОВС”, 2008.-406 с.

9. Физическая культура студента / Под редакцией В.И. Ильинича // М.: Гардарики, 2003. – 448 с.