

## Рівень інтересу до фізичної культури й спорту в студенток вищих навчальних закладів

*Волинський національний університет імені Лесі Українки (м. Луцьк)*

**Постановка наукової проблеми та її значення.** Сучасна медицина не має достатньо розроблених технологій формування здорового способу життя, тому в центрі її уваги перебуває не здорова, а хвора людина. Несприятливий стан і негативні тенденції показників здоров'я потребують необхідних зусиль держави та суспільства [3].

Відомо, що, з погляду медицини, соціально-економічних міркувань, набагато ефективніше зберегти здоров'я людини за оптимальних заходів контролю фізіологічних функцій, профілактичних лікувальних засобів і регулярних занять фізичними вправами, ніжвилікувати хронічно занедбані захворювання.

У сучасних умовах розвитку нашого суспільства спостерігається різке зниження стану здоров'я населення й тривалості життя.

Численими дослідженнями доведено тісний зв'язок стану здоров'я та фізичної працездатності зі способом життя, обсягом і характером повсякденної рухової активності, які переконливо засвідчують, що оптимальне фізичне навантаження в поєднанні з раціональним харчуванням і способом життя є найбільш ефективним у подоланні "коронарної епідемії", запобіганні багатьом захворюванням і збільшенні тривалості життя [5; 6; 8].

Активність студентів на заняттях із фізичного виховання залежить, передусім, від їх інтересу до виконання фізичних вправ. За даними психологів, інтерес має три компоненти: 1) знання, якими володіє людина в галузі, що її цікавить; 2) практична діяльність людини в цій галузі; 3) емоційне задоволення, яке відчуває людина від діяльності.

**Аналіз останніх досліджень із цієї проблеми.** У фізичному вихованні, як і в будь-якому педагогічному процесі, можна виділити вихідний стан, результат і процес переходу від першого до другого. Вихідний стан студентів, методи й засоби, що дають змогу результату навчання, визначають зміст технології навчання. Технологія нерозривно пов'язана з формою дії процесу пізнання в навчанні. Одна з найважливіших проблем побудови технології фізичного виховання у ВНЗ – сформулювати зацікавлене ставлення студента до предмета, спонукати інтерес до можливості будівництва здорового тіла, формування власного здоров'я в найширшому сенсі цього поняття [2; 3; 6; 7; 8]. Лише за умови усвідомлення студентом реальної можливості такої дії на власний організм стає можливим ефективне розв'язання приватних рухових завдань, складників змісту будь-якого навчального заняття. Більше того, трансформація абстрактно усвідомлюваного змісту предмета фізичного виховання у свідомо контрольовану рухову дію може статися лише на основі актуалізації цього усвідомлення для конкретного студента. Цей процес неможливий без виконання ще однієї дидактичної вимоги, яка виходить із принципу свідомості. Мається на увазі вимога свідомості результату навчання [1; 4].

**Завдання дослідження** – проаналізувати рівень інтересу та ставлення до фізичної культури й спорту студенток університету.

**Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження.** Анкетування проводилось із метою визначення інтересу студентів до фізичного виховання й спорту, мотивів виконання фізичних вправ, соціальної вартості фізичної культури, самооцінки стану здоров'я. Залежно від способу спілкування з респондентами, анкетування було особистісним. Студенти заповнювали анкету в присутності дослідника, що дало змогу контролювати правильне заповнення анкети та їх повне повернення. За характером процедури анкетування було групове, що дало змогу зібрати значний матеріал за мінімальний час.

Анкета мала три частини: вступну, основну й демографічну. Вступна частина передбачала своєрідне звернення до респондентів, де зазначалися науковий заклад, від імені якого виступає

дослідник, завдання дослідження, роль кожного респондента в розв'язанні зазначених завдань, правила заповнення анкети. Основна частина складалася з набору запитань, на які потрібно було дати відповіді. Демографічна частина анкети складалася із питань, які визначали паспортну характеристику респондента: стать, вік, місце навчання (курс, факультет).

Усього проаналізовано 217 анкет студенток 1–4 курсів Волинського національного університету імені Лесі Українки. За результатами анкетування (табл. 1), великий рівень інтересу до фізичної культури мають 10,6 % студенток першого, 2,9 % – другого, 16,7 % – третього, 8,5 % – четвертого курсів. Вищий від середнього рівень інтересу мають 25,5–36,2 % респондентів. Найбільше відносять себе до групи з середнім рівнем інтересу від 40,7 % до 58 % студенток

Проаналізувавши статистику, слід відзначити, що на 3–4 курсах є тенденція до зниження інтересу в студенток і появи таких, у яких він відсутній або виявляється негативне ставлення до фізичного виховання. Це найбільше має занепокоїти фахівців цієї галузі, зокрема викладачів університету.

Таблиця 1

**Інтерес студенток університету до фізичного виховання, %**

Рівень інтересу	Курс			
	1	2	3	4
Великий	10,6	2,9	16,7	8,5
Вищий від середнього	36,2	27,5	29,6	25,5
Середній	51	58	40,7	42,5
Нижчий від середнього	–	4,3	3,7	4,2
Низький	6,4	10,1	3,7	8,5
Інтерес відсутній	–	–	1,8	8,5
Ставлюся негативно	–	–	–	2,1

На запитання: “Чи подобається Вам займатися фізичною культурою?” було отримано такі результати (табл. 2): 44,7 % студенток 1-го курсу з великим бажанням ідуть на заняття з фізичного виховання і 26 %, 35,1 %, 19,1 %, відповідно, 2–4 курсів. Велика частина дівчат відвідує заняття без особливого бажання – від 34,6 % до 50,7 %. Важко відповісти в середньому 19 % респондентів.

Таблиця 2

**Ставлення студенток університету до занять із фізичного виховання, %**

Показник	Курс			
	1	2	3	4
Із великим бажанням іду на заняття з фізичного виховання	44,7	26	35,1	19,1
Іду на заняття з фізичного виховання без особливого бажання	36,2	50,7	37	42,5
Іду на заняття з фізичного виховання без бажання	2,1	8,7	7,4	8,5
Важко відповісти	17	14,5	18,5	27,6

Практично не пропускають заняття з фізичного виховання 60,4 % студенток університету, мають 3–4 пропуски за семестр 28,6 % та пропускають більше п'яти разів 11 % респондентів. Головною причиною пропусків, на їхню думку, є стан здоров'я.

Якщо проаналізувати динаміку цих показників, ми побачимо, що відвідуваність занять із фізичного виховання погіршується з кожним курсом (табл. 3).

Таблиця 3

**Частота пропусків студентами занять із фізичного виховання за семестр, %**

Показник	Курс			
	1	2	3	4
Майже не пропускаю	81	59,4	59,2	42,5
Пропускаю 3–4 рази за семестр	14,9	26	35,3	38,4
Пропускаю більше п'яти разів за семестр	2,1	14,6	5,5	19,1

Якщо майже не пропускають занять на першому курсі 81 % студенток, то на четвертому цей показник становить лише 42,5 %.

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Проаналізувавши статистику, слід відзначити, що на 3–4 курсах є тенденція до зниження інтересу в студенток і появи таких, у яких він відсутній або виявляється негативне ставлення до фізичного виховання. Це найбільше має занепокоїти фахівців цієї галузі, зокрема викладачів університету.

Простеживши динаміку, виявлено, що відвідуваність занять із фізичного виховання погіршується з кожним курсом. Значна частина студентів відвідують заняття з фізичного виховання без особливого бажання.

#### *Література*

1. Благий А. Структура двигательной активности студентов нефизкультурных ВУЗов / А. Благий, Е. Захарина // Современный спорт и спорт для всех : 7 Междунар. науч. конгр. – Алмаата, 2004. – Т. 2. – С. 337–339.
2. Годик М. А. Исследование двигательной активности студентов с помощью компьютерной экспертизы / М. А. Годик, В. Н. Тимошкин // Теория и практика физической культуры – 1990 – № 2. – С. 32–33.
3. Лубышева Л. И. Теоретико-методологическое обоснование физического воспитания студентов / Л. И. Лубышева, Г. М. Грузных // Теория и практика физической культуры. – 1991. – № 6. – С. 9–12.
4. Митчик О. П. Ставлення студенток до фізичного виховання і спорту / Митчик О. П., Козіброцький С. П., Кліш І. С., Пантік В. В. // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту імені Лесі Українки – Луцьк : РВВ “Вежа” Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2008. – Т. 2. – С. 183–185.
5. Митчик О. П. Оздоровлення школярів – актуальна проблема фізичного виховання / О. П. Митчик // Молодіжний наук. вісн. ВДУ ім. Лесі Українки “Здоров'я, фізкультура і спорт”. – Луцьк : РВВ “Вежа” Волин. держ. ун-ту ім. Лесі Українки, 1997. – Вип. 1. – С. 48–52.
6. Садовников Е. С. Пути решения оздоровительных задач в процессе физического воспитания в вузе / Е. Садовников // Теория и практика физической культуры. – 1989. – № 4. – С. 38–39.
7. Сапожник О. Аналіз стану збереження здоров'я студентської молоді / О. Сапожник // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – Луцьк : Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2010. – № 4 (12). – С. 52–55.
8. Чоговадзе А. В. Физическое воспитание и формирование здорового образа жизни студентов / А. В. Чоговадзе, М. М. Рыжак // Теория и практика физической культуры. – 1993. – № 7. – С. 8–10.

#### *Анотації*

*У статті проаналізовано рівень інтересу та ставлення до фізичної культури й спорту студенток університету. Розглянуто динаміку низки показників від 1-го по 4-й курс.*

**Ключові слова:** *фізична культура, спорт, інтерес, студенти, фізичне виховання.*

**Александр Мытчик, Елена Сапожник. Уровень интереса к физическому воспитанию и спорту в студенток высших учебных заведений.** *В статье проанализирован уровень интереса и отношение к физической культуре и спорту студенток университета. Рассмотрена динамика ряда показателей от 1-го по 4-й курс.*

**Ключевые слова:** *физическая культура, спорт, интерес, студентки, физическое воспитание.*

**Oleksandr Mytchuk, Olena Sapozhnyk. The Level of Interest in Physical Education and Sports of Female Students of Higher Education Institutions.** *The level of interest and attitude to physical education and sports of university female students is analyzed in the article. The dynamics of indicators from the 1<sup>st</sup> till the 4<sup>th</sup> course is considered.*

**Key words:** *physical education, sports, interest, students.*