

ОПТИМІЗАЦІЯ ПРОГРАМИ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ШЛЯХОМ ВКЛЮЧЕННЯ ПЛЯЖНОГО ВОЛЕЙБОЛУ ЯК ЗАСОБУ ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ВНЗ

Розглянуто питання оптимізації програми з фізичного виховання студентів педагогічних ВНЗ та збільшення зацікавленості до занять. Було опитано 120 студентів I-IV курсів. За даними опитування було виявлено бажання студентів щодо доповнення діючої програми з фізичного виховання новим, популярним на сьогодні видом спорту – пляжним волейболом (60% студентів висловилися за доповнення існуючої програми, а 40% виявили бажання займатися зазначеним видом спорту).

Ключові слова: студенти, програма з фізичного виховання, оптимізація, пляжний волейбол.

Постановка проблеми

Враховуючи зниження рівня життя, погіршення екологічних умов, скорочення медичних і соціальних державних програм на перший план висуваються проблеми фізичного здоров'я сучасної молоді. Сьогодні успішне оволодіння вищою освітою можливе лише за умови достатньо високого рівня здоров'я. Тому врахування особливостей способу життя, зокрема фізичної активності і позитивне ставлення до фізкультурно-спортивної діяльності, є важливим елементом організації фізичного виховання студентської молоді [6].

Робота виконана згідно дослідження кафедри ТМФК ІФК СумДПУ ім. А. С. Макаренка – "Підвищення рівня здоров'я і фізичної підготовленості різних груп населення засобами фізичної культури".

Аналіз останніх досліджень та публікацій

Проблеми оптимізації фізкультурно-оздоровчої роботи в умовах педагогічних ВНЗ в останні роки постійно перебуває в полі зору вчених, фахівців з фізичної культури і спорту та педагогів-практиків (Артемов А.Б, Сергієнко Л.Г.).

Аналіз спеціальної літератури (О.В. Дрозд, 1998; А.І. Драчук, 2001; В.П. Краснов, 2000; А.В. Домашенко, 2003; Т.Ю. Круцевич, 2003 та інші) свідчить про те, що теперішня організація фізичного виховання у педагогічних ВНЗ недостатньо ефективна для підвищення рівня фізичної підготовленості, здоров'я та інтересу значної кількості студентів до занять фізичними вправами. Дослідники відзначають, що студентська молодь байдуже ставиться до змісту обов'язкових фізкультурних занять (С.М. Канішевський, 1998; Р.Т. Раєвський, 1998; О.О. Малімон, 1999; Є.М. Свіргунець, 2001; В.В. Романенко, 2003). Неадекватність нормативних вимог із фізичного виховання та їхнє оцінювання не сприяють вирішенню основного завдання фізичного виховання, а саме його оздоровчої спрямованості [2].

Головним у процесі реформування фізичного виховання на сучасному етапі є створення в вищих навчальних закладах адекватних умов, які сприяли б активізації потреб особистості в постійному самовдосконаленні. У педагогічних вищих навчальних закладах проводиться робота по удосконаленню фізичного розвитку студентів, що сприяє зміцненню здоров'я, підвищенню академічної успішності [3].

Загальною метою освіти в галузі фізичної культури є формування у студентів стійких мотивів і потреб у дбайливому ставленні до свого здоров'я, цілісному розвитку фізичних і психічних якостей, творче використання засобів фізичної культури в організації здорового способу життя. У відповідності з цим, програма з фізичного виховання своїм предметним змістом орієнтується на досягнення наступних практичних цілей:

- розвиток основних фізичних якостей та здібностей, зміцнення здоров'я, розширення функціональних можливостей організму;
- формування культури рухів, збагачення рухового досвіду фізичними вправами з загальнорозвиваючою і корегуючою спрямованістю;
- набуття навичок фізкультурно-оздоровчої та спортивно-оздоровчої діяльності;
- освоєння знань про фізичну культуру і спорт, їх історію та сучасний розвиток, ролі в формуванні здорового способу життя.

Розглядаючи оздоровчий потенціал системи фізичного виховання, необхідно звернутися до аналізу навчальних програм з цієї дисципліни.

Мета роботи – з'ясувати стан проблеми підвищення інтересу до занять з фізичного виховання та оптимізації навчальної програми з цієї дисципліни. Знайти шляхи вирішення цих проблем.

Завдання роботи:

1. Проаналізувати зміст програми з фізичного виховання студентів педагогічного ВНЗ.
2. З'ясувати мотиви, які спонукали б студентів займатися фізичним вихованням із задоволенням.

Організація дослідження. Нами було опитано 120 студентів I-IV курсів СумДПУ ім. А.С. Макаренка. При опитуванні ми намагалися виявити бажання студентів відвідувати заняття з фізичного виховання, оптимізації робочої програми з цієї дисципліни та задовольнити прагнення студентів займатися пляжним волейболом протягом навчання.

Результати дослідження

Роботу по формуванню здорового способу життя студентів педагогічних ВНЗ слід розвивати і вдосконалювати відповідно до вимог, які ставить перед нами сьогодення. А для цього доцільно вивчати, переосмислювати та перебудувати різні ділянки фізкультурно-освітньої роботи, впроваджувати новаторські ідеї, світовий досвід [1].

Численні дані науки і практики свідчать про те, що фізкультурно-спортивна діяльність ще не стала для студентів насущною потребою. Проведене анкетне опитування переваг студентів I-го та 2-го курсів до занять фізичною культурою і різними видами спорту в Сумському державному педагогічному університеті ім. А.С. Макаренка показало, що регулярне фізичне тренування (4-6 разів на тиждень) проводить не більше 3-12% студентів. Так, ранковою гімнастикою займаються 9% студентів 1-го курсу та 12% студентів 2-го курсу природничо-географічного факультету. В інституті педагогіки та психології – аналогічні результати – 6 і 11% відповідно. Більш переконливо виглядають відповіді студентів, що займаються різними видами фізичних вправ 2-3 рази на тиждень, що можна вважати цілком задовільним ставленням до питань підтримання режиму рухової активності. Діапазон студентів, що займаються в такому режимі рухової діяльності складають від 3 до 41% від загального числа опитаних студентів в залежності від виду рухової активності. Найбільше займаються спортивними іграми 41 і 31% серед студентів 1-го та 2-го курсів природничо-географічного факультету та 25 і 50% серед студентів 1-го та 2-го курсів інституту педагогіки та психології.

Однак, основна маса студентів від 51 до 91% в різних групах і факультетах не займаються спортом, не відвідують дні здоров'я, не приймають участь у туристичних походах, не займаються загартовуванням, тобто вони фактично проявляють невисоку соціальну активність по відношенню до фізичної культури, нехтуючи своїм власним соціальним статусом, не піклуючись про фізичну культуру особистості, відкидаючи здоровий спосіб життя.

Враховуючи ситуацію, яка склалася на даний момент, ми бачимо, що назріла необхідність внесення деяких змін та доповнень до існуючої програми з фізичного виховання студентів ВНЗ. Було проведено нове анкетування, з метою виявлення цих недоліків і окреслення потенційних шляхів їх вирішення.

Традиційному змісту програми з фізичного виховання більшість респондентів дали задовільну та незадовільну оцінку. Студенти СумДПУ ім.А.С. Макаренка запропонували замінити деякі традиційні види спорту (наприклад легка атлетика, баскетбол) на нові, більш популярні (пляжний волейбол та ін.).

Результати нашого опитування показують, що більшість з опитаних студентів виявляють бажання щодо змін в програмі з фізичного виховання(60%), а трохи менше половини готові до занять з пляжного волейболу(40%).

Що стосується бажання займатись фізичним вихованням, ми отримали такі дані: на I курсі майже 90% відвідування занять, II та III курси –від 80%, а от на IV курсі –лише 60% бажаючих. Одну з причин цього бачимо в існуючій програмі з фізичного виховання та системі оцінювання результатів фізичного виховання, де вся увага концентрується на виконання нормативних вимог, де втрачається головне –виховати всебічно розвинену особистість. Як наслідок, студенти ставляться до фізичного виховання лише як до предмету, з якого необхідно скласти залік.

Інтерес є одним з найзагальніших мотивів закономірність навчання: чим менший інтерес, тим більше примусу. Останній викликає супротив у студентів, вимагаючи підвищення його вольових зусиль. У цьому випадку процес занять стає малопродуктивним і безрадіним. Зрозуміло, що викликати інтерес до занять фізичним вихованням непросто. Його можна досягти планомірною свідомою працею викладача протягом усього часу навчання [5].

Таким чином, проведення цілеспрямованої роботи з урахуванням різного ставлення студентів до фізкультурно-спортивної діяльності та мотивів занять фізичними вправами відкриває сприятливі можливості не тільки для стимулювання рухової, соціальної активності, а й формування здорової особистості в стінах ВНЗ.

Тому ми вирішили підняти інтерес студентів до занять фізичним вихованням за допомогою оптимізації програми з фізичного виховання, яка за вимогою часу потребує деяких коректив та доповнень.

Перспективами подальшого наукового дослідження є вивчення питання оптимізації програми з фізичного виховання у педагогічних ВНЗ, як один із засобів підвищення інтересу студентів до занять спортом.

Висновки

1. Отже, можемо зробити висновок, що проблема зацікавленості студентів до занять фізичним вихованням є складним і багатограним явищем.
2. Включення нових, популярних на даний момент видів спорту, зокрема пляжного волейболу, один із вірогідних шляхів оптимізації програми з фізичного виховання у педагогічних ВНЗ.
3. Необхідно зацікавити студента займатися фізичними вправами, навіть, якщо немає необхідної матеріально-технічного забезпечення, використовуючи спортивні ігри, зокрема пляжний волейбол.

4. Організація виховного процесу у вищому навчальному закладі повинна мати професійно-орієнтоване спрямування, що сприятиме усвідомленому відношенню студентів до оволодіння професією.

Використані джерела

1. Артемов А.Б. К вопросу о дальнейшем совершенствовании физического воспитания студентов // 2-я Всесоюзная науч.-практ. конф.: Физическое воспитание и спорт в вузах МПС. – Харьков, 1991.
2. Базильчук В.Б. Організаційні засади активізації спортивно-оздоровчої діяльності студентів в умовах вищого навчального закладу: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук із фізичного виховання і спорту: спец. 24.00.02 "Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення" / В.Б. Базильчук. – Львів, 2004. – 43 с.
3. Бальсевич В.К. Интеллектуальный вектор физической культуры людини до проблеми розвитку фізичного знання // Теорія і практика фізичної культури. – 1991. – №7. – С. 37-41.
4. Вовк В.М. Пути совершенствования физического воспитания студентов.–Луганск, 2000. – 176 с.
5. Гилязитдинов Д.М., Акчурин Б.Г. Взаимосвязь вуза и внешних факторов формирования физического здоров'я студентов // Теория и практика физической культуры. – 1996. – № 1. – С. 12-13.
6. Домашенко А. В. Організаційно-педагогічні засади системи фізичного виховання студентської молоді України: Автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.01. – Львів, 2003.

Skachek A.I.

OPTIMIZATION PROGRAM IN PHYSICAL EDUCATION BY INCLUDING BEACH VOLLEYBALL AS A MEANS OF EDUCATING UNIVERSITY STUDENTS

The problem of optimizing the program of physical education student teachers of universities and increasing interest in studies. A total of 120 students I-IV courses. The survey revealed the desire of students to supplement existing programs in physical education new and popular today sport – beach volleyball (60% of students were in favor of supplementing existing programs, and 40% expressed a desire to engage in the said sport).

Key words: *students, the program of physical education, optimization, beach volleyball.*

Стаття надійшла до редакції 26.09.2013 р.

