

ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ К ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ВО ВНЕУЧЕБНОЕ ВРЕМЯ

О. Л. Юраго

*Гродненский государственный университет имени Янки Купалы,
г. Гродно, Республика Беларусь
e-mail: urago73@mail.ru*

В статье представлены результаты исследования, направленного на изучение интересов и потребностей студентов учреждения образования «Гродненский государственный университет имени Я.Купалы» (УО «ГрГУ им. Я. Купалы») к занятиям физической культурой и спортом. Проведен поиск перспективных подходов оптимизации физкультурно-спортивной деятельности обучающихся во внеучебное время.

The article presents the results of a study aimed at studying the interests and needs of students of the Yanka Kupala State University of Grodno for physical education and sports. The search for promising approaches to optimizing the physical culture and sports activity of students outside the classroom was carried out.

Ключевые слова: физкультурно-спортивная деятельность; студент; внеучебное время; интересы; мотивы.

Keywords: physical culture and sports activity; student; extracurricular time; interests; motives.

Радикальные общественные сдвиги ведут, как правило, к изменениям в индивидуальном существовании каждого человека, трансформируются как способ осмысления личностью своего бытия, практической организации образа и стиля жизни.

Ученые, изучавшие проблемы вузовского обучения в сфере физической культуры, пытались найти ответы на следующие вопросы [1, 3, 4]:

1. Как повысить эффективность занятий студентов физической культурой и спортом?
2. Каким образом сформировать интересы, потребности и мотивы занятий?

В настоящее время многочисленными исследованиями установлены тенденции снижения уровня физкультурно-спортивной деятельности студентов. Недельный двигательный режим студентов должен составлять от 14 до 16 часов, включая учебные и внеучебные формы занятий. Однако на практике у большинства студентов такой режим составляет от 4, в лучшем случае, до 8 часов в неделю. По данным ряда социологических исследований лишь 25 % студентов заняты внеучебной физкультурно-спортивной деятельностью [3–5]. В связи с этим возникает необходимость проведения различного рода исследований, которые были бы направлены на изучение интересов и потребностей студентов, на основе результатов которых могли быть предложены различные

формы и средства, повышающие эффективность физкультурно-спортивной деятельности студентов.

В Республике Беларусь насчитывается более 50 высших учебных заведений, в которых занимается около 100 тысяч студентов [2]. Эффективная учеба в современных условиях связана с огромными физическими и нервно-психическими нагрузками и ее успешность во многом зависит от состояния здоровья и работоспособности студентов.

Именно поэтому в вузах республики активно организуются спортивные клубы и секции, создаются спортивные комнаты при общежитиях, проводятся спортивные соревнования и праздники.

Молодежь, как социальная общность, обладает специфическими характеристиками, многие из которых очевидны и обуславливаются решаемыми ею задачами. Особенно важно формирование потребностей и ценностных установок. Студенты представляют собой особую социально-демографическую группу, пополняющую интеллектуальный потенциал нации. Показатели отношения студентов к физическому воспитанию характеризуют потребностно-мотивационный компонент культуры этой группы, от которого зависит физическое и, в определенной мере, духовно-нравственное благополучие не только ее, но и всей нации [5].

Цель исследования заключалась в определении отношения студентов к физкультурно-спортивной деятельности во внеучебное время.

Задачи:

1. Изучить по данным научно-методической литературы особенности организации и проведения физкультурно-спортивной деятельности студентов во внеучебное время.

2. Изучить интересы и потребности студентов в выборе форм и средств физкультурно-спортивной деятельности во внеучебное время.

С этой целью была разработана анкета и проведен опрос студентов филологического факультета и факультета искусств и дизайна УО «ГрГУ им. Я. Купалы».

Как показывают результаты проведенных исследований, разнообразные мотивы побуждают молодых людей заниматься физической культурой и спортом. Среди студентов встречаются различные мнения о необходимости занятий физической культурой и спортом. Самостоятельно определяя степень удовлетворения от занятий физической культурой, они должны были выбрать один из шести предложенных вариантов ответа. Выявлено, что 84,7 % студентов занимаются физической культурой и спортом с удовольствием (табл. 1).

Таблица 1 – Оценка удовольствия от занятий физической культурой, % к числу опрошенных

Оценка	Балл ответа по шкале	Всего, %
Безразлично	0	0,9
Совсем нет необходимости	1	1,2
Нет необходимости	2	13,2
Необходимо	3	18,2
Очень необходимо	4	33,6
Огромное	5	32,9

На вопрос «Если вы занимаетесь физической культурой и спортом, то, что побудило Вас?» абсолютное большинство опрошенных указали, что это было вызвано желанием укрепить здоровье (56,0 %) и улучшить фигуру (54,6 %) (табл. 2).

Таблица 2 – Мотивы занятий физической культурой и спортом, % к числу опрошенных

Мотив	Всего, %
Желание укрепить здоровье	56,0
Желание улучшить фигуру	54,6
Улучшить спортивные показатели для получения зачета по физическому воспитанию	5,7
Снять утомление после учебных занятий	16,2
Достигнуть более высоких спортивных результатов	11,7
Желание рационально использовать свободное время	9,8
Улучшить физическое развитие	40,0
Улучшить настроение, получить удовольствие	25,9
Желание близкого общения с друзьями, знакомыми	6,7
Советы преподавателей	0,9
Пример друзей, знакомых	5,1
Что еще?	1,1

Только 1,1 % опрошенных указали другие мотивы, что говорит, по всей вероятности, о высокой степени совпадения данного перечня со стереотипом смысла физкультурно-спортивной активности, бытующим в массовом сознании. Не обнаружено значимых различий между степенью утомления, удовлетворенностью проведением свободного времени, оценкой физического развития, количеством дней, пропущенных по болезни среди студентов, занимающихся и не занимающихся физической культурой помимо учебных занятий.

Для того, чтобы понять какое место занимает ценность занятий в личностном мире студентов, необходимо обозначить наиболее распространенные контексты, в которые она вписывается, ибо смысл деятельности лежит, как правило, вне ее, в системе значительно более широких отношений.

Так, 91,2 % респондентов считают, что занятия физической культурой повышают физическую работоспособность, 84,6 % полагают, что они укрепляют организм и предохраняют его от простудных заболеваний (табл. 3).

Таблица 3 – Влияние занятий физической культурой, в % к числу опрошенных

Виды ответов	Всего		
	Да	Не знаю твердо	Нет
Укрепляют организм, предохраняют от простудных заболеваний	85,6	12,1	2,3
Повышают физическую работоспособность, улучшают физическое развитие, формируют правильную фигуру	92,2	6,6	1,2
Воспитывают волевые качества	67,8	26,3	5,9
Способствуют хорошему настроению	72,6	21,1	6,3
Способствуют более близкому общению с друзьями, знакомыми	58,8	27,6	13,6

Таблица 4 – Предпочтения в физкультурно-оздоровительной деятельности во внеучебное время, % к числу опрошенных

Занятия в группе	Всего
Общефизической подготовки	26,9
Оздоровительного бега	9,4
Ритмической гимнастики	25,7
Атлетической гимнастики	27,0
Настольного тенниса	17,4
Другие группы	12,5

Из приведенных данных видно, что около половины опрошенных предпочитают занятия в группах атлетической и ритмической гимнастики. Кроме того, выявлено, что большой популярностью пользуются спортивные секции с игровой направленностью (волейбола, настольного тенниса, футбола, бадминтона).

Анализ полученного материала позволяет характеризовать сферу осмысления студентами физкультурно-спортивной активности, как содержащую достаточно стереотипные ценности, узко мотивированную, практически однозначно опосредованную психофизическим уровнем жизни. Важно, чтобы занятия во внеучебное время соответствовали потребностям и устремлениям личности, способствовали ее самореализации и саморазвитию, наращивали позитивный опыт деятельности, общения и переживания.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ССЫЛКИ

1. Деобальд, Н. В. Развитие современных оздоровительных технологий и комплексных программ оздоровления / Н. В. Деобальд // Вектор науки ТГУ. – 2010. – № 2 (2). – С. 36.
2. Канищев, А. Д., Типовое положение об организации смотра-конкурса спортивной базы, состояния физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в учебных заведениях Республики Беларусь А. Д. Канищев, В. С. Овчаров / МО РБ. – Мн., 1999.
3. Назаренко, Л. Д. Совершенствование системы физического воспитания студентов нефизкультурных вузов / Л. Д. Назаренко, Ф. М. Кодолова // Теория и практика физической культуры. – 2014. – № 3. – С. 52–55.
4. Сбитнева, О. А. Значимость спортивных физкультурно-массовых мероприятий в формировании здорового образа жизни студентов / О. А. Сбитнева // Педагогические науки. – 2018. – № 12 (1). – С. 74–76.
5. Янович, Ю. А. Отношение студентов к физическому воспитанию с общеподготовительной и спортивной направленностью/ Ю. А. Янович, В. Н. Кряж // Молодая спортивная наука Беларуси : материалы Междунар. науч.-практ. конф., Минск, 8–10 апр. 2014 г.: в 3 ч. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры; редкол.: Т. Д. Полякова (гл. ред.) [и др.]. – Минск : БГУФК, 2014. – Ч. 2. – С. 257–259.