самопочуття і проводять функціональні проби (проба Мартіне, велоергометричний тест, дихальні проби Штанге, Генчі і ін.) [2; 3].

Список використаних джерел:

1. Менхин Ю.В. Оздоровительная гимнастика: теория и методика: учебник / Ю.В. Менхин А.В. Мензин. – Ростов н/Д.: Феникс, 2002. – 384 с.
2. Прокудина И. Обоснование эффективности оздоровительных программ на тренажёрах для женщин первого зрелого возраста с избыточной массой тела / И. Прокудина // Материалы Ш научно-исследовательской конференции Университета, Киев, 12-14 апреля 2000 г. – Киев: Олимпийская литература, 2000. – С. 78-84.
3. Кирьянова В.В. Физиотерапия больных ожирением / В.В. Кирьянова // Физиотерапия. Бальнеология. Реабилитация. – 2007. – № 2. – С. 38-48.
4. Белая Н.А. Лечебная физкультура и массаж: учеб. – метод. пособие для мед. Работников / Н.А. Белая. – М.: Советский спорт, 2001. – 272 с., ил.
5. Лечебная физкультура и врачебный контроль: учебник/ В.А. Епифанов [и др.]; под ред. В.А. Епифанова Г.Л. Апанасенко. – М.: Медицина, 1990. – 368 с., ил.
6. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура: учебное пособие / В.А. Епифанов. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2006. – 568 с., ил.

Винарчик Л.Л.
студент;
Кульчицький В.М.
викладач,
КЗ ЛОР «Бродівський педагогічний коледж
імені Маркіяна Шашкевича»

ДИНАМІКА ЗМІН В СТАВЛЕННІ СТУДЕНТІВ І-ІІ КУРСІВ ДО ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Організація сучасного фізичного виховання у ВНЗ: скорочення кількості предметів та аудиторних занять з фізичної культури, поступове зниження інтересу студентів до підтримання фізичної форми свідчать про негайне запровадження заходів для розвитку спортивної зацікавленості студентів та молоді. Тому для визначення дійсного ставлення студентів до занять фізичною культурою було провести дане дослідження.

Постановка проблеми. Зважаючи на сьогоднішні умови життя для виховання всебічно розвинутого суспільства потребуються першочергова наявність висококваліфікованих професіоналів, які б були джерелом отримання знань та умінь у школі та в поза навчальний час для молодшого покоління. Виховували в них не лише фізичні, але й морально та психологічно стійкі принципи, що стали б для них запорукою для вдалої інтеграції в якісно нове, високо-технологічно та розумово розвинуте суспільство. Насамперед для виконання цих важливих завдань постає необхідність у значних змінах процесу фізичного виховання.

Мета – визначити ставлення студентів котрі навчаються на відділі фізичного виховання до фізичної культури та спорту, та динаміку його зміни в процесі навчання у вищому навчальному закладі з метою отримання майбутньої професії викладача фізичного виховання [7].

Результати і обговорення. Проведене анкетування дозволило з'ясувати, що існують суттєві відмінності в усвідомленні та ставленні студентів не лише до фізичної культури, але й кількості навантажень на заняттях в позанавчальний час [1; 3].

Аналіз отриманих даних свідчить, що переважна більшість студентів котрі навчаються на відділені «Фізичне виховання» 92% (середній груповий показник кількості студентів по усій вибірці) відвідують заняття з фізичної культури із задоволенням та ентузіазмом.

Та все ж слід зазначити, що на відміну від першого року навчання де на питання «Як ви ставитеся до занять фізичною культурою?» лишень 84% респондентів дали цілком ствердну відповідь, то вже на другому році усвідомлення ролі фізичного виховання зросло до виключної одностайної ствердної думки. Адже на запитання про відношення до занять фізичною культурою всі 100% дали позитивну відповідь такого змісту: «Вони мені подобаються і я з задоволенням їх відвідую».

На першому ж році навчання ще 12% респондентів висловили свою думку про те що не мають особливого бажання відвідувати заняття з фізичної культури, та ще 4% зізналися що відвідують їх лише через необхідність. Дивлячись на ці показники стає зрозумілою різниця рівня усвідомленості по відношенню до фізичного виховання та розуміння його необхідності.

Якщо ж говорити про причини заняття студентами фізичною культурою то тут ставлення також різняться. На це питання із студентів котрі навчаються на першому курсі лише 28% дали однозначну відповідь. Вони зазначили що заняття з фізичної культури мають пряме відношення до їхньої майбутньої професії. Той же варіант відповіді із студентів другого курсу вибрали вже 46% респондентів.

Що дає зрозуміти наскільки усвідомленішими стали відвідування занять фізичної культури вже на другому курсі порівняно з першим. Адже вже через рік майже вдвічі більше студентів порівняно з першим показником вказали не просто на захоплення фізичною культурою, а на відношення до неї як до майбутньої професії. Отже за цей рік щось у їхніх поглядах на життя змінилося. Так звичайно це часте явище у такому віці, але це відбулося не з однією чи декількома людьми. Сам по собі цей результат одразу піднімає проблему не вірної розстановки пріоритетів у виборі своєї майбутньої професії ще при вступі у ВНЗ. Першопричиною цього можна вважати лише неправильне ставлення до фізичної культури і спорту яке сформувалося ще зі школи [5]. А саме те що заняття фізичною культурою – це відпочинок, вони часто вважаються мало важливими порівняно в іншими дисциплінами, і дуже мало з викладачів школи, нав'язуючи таку свою позицію, хоча б усвідомлюють необхідність наявності цих занять [5; 6; 8].

Варто зазначити що набагато більше респондентів із першого курсу схиляються до відповіді «б», тобто їхнє відвідування занять із фізичної культури пов'язане із симпатією до цього предмету та бажанні підтримувати свій здоровий спосіб життя. Якщо враховувати відсоткове відношення між двома групами респондентів то цього разу вони майже ідентичні. 52% на першому курсі та 54% на другому. Але виділялася ще незначна кількість студентів котрі відверто зізналися, що відвідують заняття з фізичної культури лише через небажання мати проблеми через пропуски занять. Таких виявилося лише 20% на першому курсі. Тут знову ж таки яскраво виражений акцент у ставленні до фізичної культури не як до повноцінної необхідної дисципліни серед інших, а скоріше як до сильного, але все ж захоплення [8]. Звичайно це прекрасно, що така велика кількість молодих людей серйозно цікавиться спортом, але важливо те щоб вони вміли розрізняти зацікавленість спортом і вибором професії.

В той же час бажання займатися у додатковій секції після занять виявили бажання аж 68% респондентів першого курсу. Тоді коли на другому курсі показник досяг рівня лише 50% бажаючих. Разом з тим решта респондентів першої групи розділилися порівно (16%) на тих котрі вже займаються, але хотіли б відвідувати ще одну секцію і тих котрі не виявили такого бажання. Зважаючи на те що це результати відповідей відділення фізичного виховання, то вони є цілком обґрунтованими. Хоча результат у 68% бажаючих займатися у додатковій секції і зниження цього показника є результатом наявності у навчальному закладі широкої різноманітності спортивних секції.

Якщо ж говорити про кількість фізичного навантаження на заняттях з фізичної культури то переважна більшість респондентів першої групи (84%) погодилося з думкою про те, що фізичне навантаження є достатнім. Цей показник є вищим, ніж у студентів другого курсу, адже у них він становить лише 81%. Але зважаючи на кількість бажаючих підвищити інтенсивність проведення занять такий показник стає зрозумілим та не потребує обґрунтування. Тому що у першокурсників він на 7% нижчий, а саме 12 та 19% відповідно. Також серед студентів першого курсу була визнана думка про те що навантаження є завеликим. Цю думку підтримали лише 4% опитаних. Такий хоча й незначний відсоток пасивності може бути зв'язаний з різним рівнем фізичного навантаження у школах звідки прийшли абітурієнти [2; 4; 9].

Ну і на останок респондентам було поставлене питання про надання преваги якомусь одному виду спорту. Зважаючи на обов'язкові позаурочні заняття протягом яких студенти займаються підвищенням власної спортивної майстерності у спортивних іграх, а саме таких видах спорту як волейбол, футбол, баскетбол та футзал; більшість на це питання дали однозначну відповідь. Вони зазначили, що надають перевагу заняттям спортивними іграми.

Ще хочеться зазначити так це стрімке зростання відсоткового показника занять студентами циклічними видами спорту, а саме за рік цей показник зріс більше ніж на 50%. У той же час ще 4% опитаних першокурсників обрали заняття швидкісно-силовими видами спорту та єдиноборствами. Та вже на другому курсі заняття швиднісно-силовими видами спорту і єдиноборствами, а

разом з тим і складно-координаційними видами спорту вибрали по 11.5% респондентів, і ще 3.8% відзначили, що надають перевагу заняттям багатоборством. Тому ми можемо сказати, що не зважаючи на незначні відмінності безперечно є необхідними розвиток та популяризація вже активних та ще маловідомих видів спортивної зайнятості [7].

Зважаючи на описані в статі дослідження ми вважаємо необхідними подальші дослідження задля досягнення вищої мети популяризації спорту, здорового способу життя, та підтриманню спортивної форми молодого покоління та населення загалом.

Висновок. Зважаючи на отримані результати з проведеного дослідження, можна зробити висновок, що основною з проблем та відмінністю серед респондентів першого та другого курсів є від початку неповна усвідомленість студентами їх пріоритетів як у житті так і при виборі майбутньої професії.

Список використаних джерел:

1. Артошенко О. Ф., Сіренко Л. В. Основи спортивної підготовки – Навч. Пос. Черкаси; Брама Україна, 2006. – 416 с.
2. Базильчук В. Б. Динаміка рівня фізичної підготовленості студентів ВНЗ впродовж навчання // Молода спортивна наука України: Зб. Наук. Статей з галузі фіз. Культури та спорту. Вип. 7-Л., 2003. – С. 259-262.
3. Базильчук В. Б. Організаційні засади активізації спортивно-оздоровчої діяльності студентів в умовах вищого навчального закладу: автореф. дис. … канд. наук з фіз. виховання і спорту: [спец.] 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / В. Б. Базильчук. – Л., 2004. – 20 с.
4. Бондар І. Р. Фізичне виховання студентів з низьким рівнем фізичної підготовленості: Автореф. Дис.... Канд. Наук з Фіз. Вих. І спорту; 24. 00.02 – Луцьк, 2000. – 19 с.
5. Кузнєцова О. Т. Фізична і розумова працездатність студентів з низьким рівнем фізичної підготовленості: дис. … канд. наук з фіз. виховання і спорту: [спец.] 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Кузнєцова Олена Тимофіївна. – Рівне, 2005. – 227 с.
6. Курцевич Т. О. Теорія і методика фізичного виховання. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. – Т. 1, 2. – К.: Олімпійська література, 2008. – 758 с.
7. Платонов В. М., Булатова М. М. Фізична підтримка спортсмена: Навчальний посібник К.: Олімпійська література. 1995 – 320с. – ISBN 5-7707-5871-6.
8. Платонов В. Н. Современная спортивная тренировка. – К.: Здоров’я,1980. – 336 с.
9. Романчишин О. Спосіб життя, працездатність і захворюваність студентів педагогічних коледжів / О. Романчишин, О. Сидорко, П. Мартин // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2010. – № 6. – С. 93-97.