

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА СПОРТ

DOI: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2020-4-80-19>

УДК 796.011.3

Вовк І.В.

Львівський національний аграрний університет

Гуцул Н.З.

Українська академія друкарства

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ АГРАРНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ

Анотація. У статті висвітлено основну проблематику здоров'я студентів аграрних спеціальностей. Проведено анкетне опитування студентської молоді I та II курсу юнаків та дівчат де визначили ставлення студентів до власного здоров'я; визначили інтерес до занять фізичною культурою та спортом. За даними анкетування, умовно розподілити на чотири типологічні групи за часом, що витрачається на заняття фізичними вправами і спортом: 1) студенти, які не виявляють фізкультурно-спортивної активності; 2) студенти з недостатньою фізкультурно-спортивною активністю; 3) студенти з оптимальною фізкультурно-спортивною активністю; 4) студенти з відносно високою фізкультурно-спортивною активністю. У сучасному суспільстві де зниження здоров'я нашої молоді, особливо підлітків, стає відчутною реальністю необхідність формування їхніх духовних потреб, здорових звичок, фізичного загартування, в цілому здорового способу життя – одного з пріоритетних напрямів діяльності сучасної освіти України.

Ключові слова: здоров'я, студенти, вищий навчальний заклад.

Vovk Igor

Lviv National Agrarian University

Hutsul Natalia

Ukrainian Academy of Printing

THE FORMATION OF THE HEALTH STUDENTS OF AGRICULTURAL SPECIALTIES IN HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS

Summary. The article deals with the main issues of agrarian students' health. A questionnaire was conducted of students of the first and second year of boys and girls who determined the attitude of students to their own health; major barriers to maintaining and promoting student health; determined their interest in physical education and sports. In a modern society where the decline in the health of our youth, especially adolescents, the need to form their healthy habits, physical exercise, and in general a healthy lifestyle is one of the priority areas of modern education in Ukraine. Student youth is the future of our country, so increasing health and physical activity require special attention from the side of the health care system in Ukraine. The promotion of the health of every citizen is the subject of much attention in most countries of the world: "a healthy person is a healthy nation". Therefore, the problem of health and their strengthening at the present stage of development of the Ukrainian state is quite important. Increasing the level of health, motivation and physical activity of students of agricultural specialties of the first and second year of boys and girls remains an urgent issue. One of the major factors affecting health is physical education. It should be noted that most students do not pay proper attention to physical activity. It is considered low by every fourth year student and almost every second year student. On average, between 5% and 9% of students are exempted from basic physical education classes (a special medical group consisting of individuals who are forced to attend a special program for health reasons; this group increases over the years of study). According to the questionnaire of students according to their state of health, the students of the first and second year are low in boys and girls, the main obstacle for health promotion is the lack of time. According to the survey, it is conditional to divide into four typological groups according to the time spent for physical exercise and sports: 1) students who do not show physical and sports activity; 2) students with insufficient physical and sports activity; 3) students with optimal physical and sports activity; 4) students with relatively high physical activity.

Keywords: health, students, institution of higher education.

Постановка проблеми. Основна проблематика формування здоров'я студентів аграрних спеціальностей вищих навчальних закладів вивчена недостатньо. Студенти це є майбутнє нашої держави, які можуть розраховувати на державну турботу, підвищення рівня здоров'я, а також на фізичного виховання та спорту. Саме ці питання потребують особливої уваги з боку системи охорони здоров'я в Україні і потребують їх інтерпретації.

Це обумовлене, з одного боку, значним спадом уваги з боку держави до проблем формування здоров'я, а з іншого – зниженням інтересу молоді до занять фізичною культурою та спортом. Формування здоров'я кожного громадянина є предметом уваги у значній більшості країн світу: «здорова людина – здорова нація». Тому проблема здоров'я та їх зміцнення на сучасному етапі розвитку української держави є досить важливою.

У студентів аграрних спеціальностей проводилось анкетне опитування здоров'я студентів, а також факторів, що його зумовлюють. Одним із важливих компонентів передбачає визначення ставлення студентів до власного здоров'я; визначення інтересу до занять фізичною культурою та спортом. Вивчали стан здоров'я та рухову активність студентів I та II курсу юнаків та дівчат аграрних спеціальностей. У зв'язку з цим висвітлено основні причини порушення оптимізації життєдіяльності організму студентів в процесі його пристосування, а саме: невідповідність темпів зміни навколишнього середовища, звідси дисгармонія взаємодії організму з навколишнім світом; забруднення навколишнього середовища та нездоровий спосіб життя, це коли стиль життя, який не відповідає еволюційно складеним вимогам, а також відсутності активного способу життя [1; 3; 5].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Вивчення проблеми здоров'я висвітлені у вітчизняних і зарубіжних працях: В. Казначеева, В. Клімової, Є. Спірна, І. Фролова, В. Леві, С. Громбаха, М. Амосова, Г. Апанасенка, Ю. Лисицина, І. Муравова, В. Петленка, та сучасних педагогів: О. Дубогай, Г. Зайцева, В. Оржеховської та інших. Ряд науковців вважають, що рухова активність молоді недостатня. А також, як зазначають дослідники, зниження інтересу до занять фізичною культурою в наш час пояснюється недосконалою системою фізичного виховання В.С. Язловецький, О.Г. Буліч, С. Лисюк, Є.А. Пирогова, Л.Я. Іващенко, Н.П. Страпко, Д.О. Іванов, О. Потапова, невисоким рівнем знань фахівців з фізичного виховання О. Малімон, І. Кліш, Н. Данилко.

Аналіз останніх наукових досліджень свідчить, що питання формування та розвитку фізичної культури особистості залишається до кінця не дослідженим [2].

Мета статті. Головною метою цієї роботи є визначення проблеми формування здоров'я та рухової активності студентів I та II курсу юнаків та дівчат аграрних спеціальностей в вищих навчальних закладах.

Виклад основного матеріалу дослідження. За анкетним опитуванням I та II курсу юнаків та дівчат аграрних спеціальностей нами були наведені окремі дані згідно стану здоров'я та рухової активності.

За анкетним опитуванням студентів згідно стану свого здоров'я відносно низька (табл. 1), оскільки добрим юнаки визнали 47,1%, задовільним – 30,1% та поганим – 22,8% першокурсників. В дівчат була дещо інша картина, де більшість вважали задовільним – 40,1%, добрим – 36,5% та поганим – 23,4%.

Порівнюючи отримані дані з попередніми роками, за моніторингом здоров'я і гігієнічної поведінки молоді в Європейському регіоні «Health behaviour schoolage children», де Україна отримала низьку оцінку своєму здоров'ю: поганим чи задовільним його вважають 63,1% дівчат і 31,5% хлопців 15-річного віку (близького до віку першокурсників).

За даними опитування, проведеного Держкомстатом України (2006 р.), 73–60% чоловіків і жінок віком 18–29 років оцінювали стан свого здоров'я як добрий [6].

За нашими даними, своє здоров'я II курс юнаків вважає добрим – 54,8% і воно є вищим ніж у I курсу, поганим аж 25,1% та задовільним – 20,1%. За результатами II курсу для дівчат, які вважали що стан здоров'я в них – 47,7%, задовільним – 26,6% та поганим – 25,7%.

Це підтверджують дані міжнародного дослідження «European Social Survey», яке проводилось у 24 країнах Європейського Союзу та Україні у 2005р.: частка тих людей, хто оцінював своє здоров'я як «погане» та «дуже погане» в нашій країні виявилась найвищою (в порівнянні, наприклад, зі Швейцарією вона більша майже в 9 разів, з Польщею – майже у двічі) [4].

Отже, показники здоров'я студентів, привертають увагу, а значить потребують визначення основних перешкод для зміцнення здоров'я (табл. 2).

Основною перешкодою для зміцнення здоров'я, як в I та II курсів юнаків та дівчат, це брак часу. Так, для I курсу юнаків – 54,8% та II курсу – 58,1%. Сила волі нижча в I курсі – 23,1% відповідно в II курсі – 19,3%, за відсутності необхідних умов відповідно 25,1% (I курс) та 18,1% (II курс) та за браком коштів вищий у II курсі – 18,1% та 14,5% у I курсі.

Для дівчат I курсу основне це брак часу – 65,5%, на другому відсутність необхідних умов для занять фізичною культурою – 24,4%, на третьому – низька сила волі – 18,6% та брак ко-

Таблиця 1

Оцінка стану здоров'я студентів аграрних спеціальностей ВНЗ (%)

	юнаки		дівчата	
	I курс	II курс	I курс	II курс
Добрий	47,1	54,8	36,5	47,7
Задовільний	30,1	20,1	40,1	26,6
Поганий	22,8	25,1	23,4	25,7

Таблиця 2

Основні перешкоди для збереження та зміцнення здоров'я студентів (у %)

	юнаки		дівчата	
	I курс	II курс	I курс	II курс
Дефіцит часу	54,8	58,1	65,5	55,8
Слабка сила волі	23,1	19,3	18,6	15,3
Відсутність спортмайданчиків	25,1	24,7	24,4	28,4
Брак коштів	14,5	18,1	13,1	26,4

штів – 13,1%. Схожа тенденція була і для II курсу, де брак часу та відсутність необхідних умов були вищими відповідно 55,8% та 28,4% нижчими браком коштів – 26,4% та слабка сила волі відповідно – 15,3% у дівчат.

Одним із основних факторів, який впливає на стан здоров'я, є фізкультура. Слід зазначити, що більшість студентів не приділяє належну увагу фізичній активності. Низькою її вважає кожна четверта студентка I курсу і майже кожна друга з II курсу. В середньому від 5 до 9% студентів звільнені від основних занять з фізкультури (спеціальна медична група, до якої входять особи, які за станом здоров'я вимушені навчатись за спеціальною програмою; ця група збільшується протягом років навчання).

Наше дослідження було спрямовано на: вивчення ставлення студентів до занять з фізичного виховання серед студентів Львівського національного аграрного університету; оцінювання рівня сформованості фізичної культури студентів і розробку шляхів підвищення ефективності освітнянського процесу. Студентів Львівського національного аграрного університету, які брали участь у дослідженні, за даними анкетування, залежно від їх ставлення до фізичної культури і рівня фізкультурно-спортивної активності, умовно можна розподілити на чотири типологічні групи за часом, що витрачається на заняття фізичними вправами і спортом: 1) студенти, які не виявляють фізкультурно-спортивної активності. Витрати їх часу на заняття фізичними вправами не більше 1 години на тиждень (9,2%); 2) студенти з недостатньою фізкультурно-спортивною активністю, у яких витрати часу – не менше 6 годин на тиждень (52,2%); 3) студенти з оптимальною фізкультурно-спортивною активністю, у яких витрати часу – від 6 до 8 годин на тиждень (20,4%); 4) студенти з відносно високою фізкультурно-спортивною активністю, у яких витрати часу – перебільшують 8 годин на тиждень (18,2%).

За результатами дослідження встановлено, що суттєвий вплив на рівень фізкультурно-спортивної активності мають такі фактори: бажання зміцнити здоров'я – 32%, покращення статури – 21%, незадоволеність певними зовнішніми даними – 20%, необхідність отримання заліку – 15%.

Найменший відсоток (12%) припадає на бажання виховувати волю і характер. Результати дослідження довели, що чим старшим стає студент, тим менш систематичні його заняття фізичними вправами і спортом, а частина студентів не займаються спортом взагалі. Наприклад: студенти I курсу (19,9% – це спортсмени, 53,3% – фіз-

культурники, 26,8% – не займаються фізичною культурою); студенти II курсу (16,5% – спортсмени, 59,1% – фізкультурники, 24,4% – не займаються фізичною культурою); студентки I курсу (12,8% – спортсмени, 47% – фізкультурники, 40,2% – не займаються фізичною культурою); студентки I курсу (16,8% – спортсмени, 44% – фізкультурники, 39,2% – не займаються фізичною культурою).

Висновки. Результати дослідження підтвердили висунуті гіпотези. Актуальними є питання підвищення рівня здоров'я та рухової активності студентів аграрних спеціальностей. За анкетним опитуванням студентів згідно стану свого здоров'я відносно низька, оскільки добрим юнаки визнали 47,1%, задовільним – 30,1% та поганим – 22,8% першокурсників. В дівчат була дещо інша картина, де більшість вважали задовільним – 40,1%, добрим – 36,5% та поганим – 23,4%. За нашими даними, своє здоров'я II курс юнаків вважає добрим – 54,8% і воно є вищим ніж у I курсу, поганим аж 25,1% та задовільним – 20,1%. За результатами II курсу для дівчат, які вважали що стан здоров'я в них – 47,7%, задовільним – 26,6: та поганим – 25,7%. Основною перешкодою для зміцнення здоров'я, як в I та II курсів юнаків та дівчат, це брак часу.

За даними анкетування, залежно від їх ставлення до фізичної культури і рівня фізкультурно-спортивної активності, умовно можна розподілити на чотири типологічні групи за часом, що витрачається на заняття фізичними вправами і спортом: 1) студенти, які не виявляють фізкультурно-спортивної активності. Витрати їх часу на заняття фізичними вправами не більше 1 години на тиждень (9,2%); 2) студенти з недостатньою фізкультурно-спортивною активністю, у яких витрати часу – не менше 6 годин на тиждень (52,2%); 3) студенти з оптимальною фізкультурно-спортивною активністю, у яких витрати часу – від 6 до 8 годин на тиждень (20,4%); 4) студенти з відносно високою фізкультурно-спортивною активністю, у яких витрати часу – перебільшують 8 годин на тиждень (18,2%).

За результатами дослідження встановлено, що суттєвий вплив на рівень фізкультурно-спортивної активності мають такі фактори: бажання зміцнити здоров'я – 32%, покращення статури – 21%, незадоволеність певними зовнішніми даними – 20%, необхідність отримання заліку – 15%.

Отримані дані дали поштовх для розробки конкретних пропозицій зі збереження та зміцнення здоров'я студентської молоді аграрних спеціальностей.

Список літератури:

1. Бароненко В. Концептуальний підход к проблеме культуры здоровья. *Валеология*. 2002. № 3. С. 74–78.
2. Воронін Д. Є. Формування мотиваційно-ціннісного ставлення студентів до фізичного виховання в процесі реалізації оздоровчої парадигми. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту* : зб. наук. пр. Харків : ХДАДМ (XXIII), 2005. № 2. С. 12–22.
3. Пирогова Е.А., Иващенко Л.Я., Страпко Н.П. Влияние физических упражнений на работоспособность и здоровье человека. Київ : Здоровье, 2012. 152 с.
4. Головаха Є., Горбачик А., Паніна Н. Україна та Європа: результати міжнародного порівняльного соціологічного дослідження. Київ : Ін-т соціології НАНУ, 2006. 142 с.
5. Дубогай О.Д., Завидівська Н.Н. Фізичне виховання і здоров'я : навч. посіб. Київ : УВС НБУ, 2012. 270 с.
6. Самооцінка населенням стану здоров'я та рівня доступності окремих видів медичної допомоги. URL: <http://www.ukrstat.gov.ua/>

References:

7. Baronenko, V. (2002). Kontseptualnyi podkhod k probleme kultury zdorovia [A conceptual approach to the issue of health culture]. *Valeolohyia*, no. 3, pp. 74–78.
8. Voronin, D.Ye. (2005). Formuvannya motyvatsiino-tsinnisnoho stavlennia studentiv do fizychnoho vykhovannia v protsesi realizatsii ozdorovchoi paradyhmy [Formation of motivational and value attitude of students to physical education in the process of implementation of the health paradigm]. *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu*: zb. nauk. pr. Kharkiv: KhDADM (XXPI), no. 2, pp. 12–22.
9. Pyrohova, E.A., Yvashchenko, L.Ia., & Strapko, N.P. (2012). *Vlyianye fizycheskykh uprazhnenyi na rabotosposobnost y zdorove cheloveka* [The effect of exercise on performance and human health]. Kyiv: Zdorove, 152 p.
10. Holovakha, Ye., Horbachyk, A., & Panina, N. (2006). *Ukraina ta Yevropa: rezultaty mizhnarodnoho porivnialnoho sotsiolohichnoho doslidzhennia* [Ukraine and Europe: results of an international comparative sociological study]. Kyiv: In-t sotsiolohii NANU, 142 p.
11. Dubohai, O.D., & Zavydivska, N.N. (2012). *Fizychnne vykhovannia i zdorovia: navch. posib.* [Physical education and health]. Kyiv: UBS NBU, 270 p.
12. Samootsinka naseleнням stanu zdorovia ta rivnia dostupnosti okremykh vydiv medychnoi dopomohy [Self-assessment of the population's health status and the level of availability of certain types of medical care]. URL: <http://www.ukrstat.gov.ua/>