

УДК 376.33:796.012.23

Журавльов Ю. Г.

канд. фіз. вих. доц. НУ «Запорізька політехніка»

ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТІВ ЗАСОБАМИ СПОРТИВНИХ ІГОР В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ УНІВЕРСИТЕТУ

Постановка проблеми і аналіз останніх досліджень. У процесі аналізу літературних джерел визначено, що у працях таких учених, як Д.М. Анікеєв [1], С.Н. Бацунов, О.Г. Глагошук [2], І.О. Денисенко та А.А. Чуєв, С.А. Жеребов, та ін. акцентується увага на важливості фізичних вправ в освітньому процесі ЗВО та їх позитивному впливі на організм молодшої людини. Науковці підкреслюють, що сформована на сьогоднішній день система організації фізичного виховання надає студентам можливість вільно обирати певні види рухової активності. Однак, є малочисленими дослідження у напрямку пошуку сучасних технологій, які сприятимуть розвитку рухової активності студентів засобами спортивних ігор в освітньому середовищі університету.

Мета статті: охарактеризувати особливості розвитку рухової активності студентів засобами спортивних ігор в освітньому середовищі університету.

Методи дослідження: аналіз наукових джерел, опитування студентів, методи статистики.

Виклад основних результатів дослідження. У «Національній доктрині розвитку фізичної культури і спорту» наголошено, що здоровий спосіб життя є визначеним чинником забезпечення тривалості активного життя, формування та реалізації бажання використовувати рухову активність у

повсякденній діяльності відбувається на підставі індивідуальних особливостей і потреб кожної людини, і тому в основу системи фізичного виховання покладається комплекс показників обсягу щотижневої рухової активності, рівень спеціальних знань про особливості рухової активності людини, її фізичний розвиток, стан функціональних систем організму, фізичної працездатності та рухових здібностей.

Сучасна система освіти, яка розвивається в умовах статусності відповіді на потреби людини, як зазначає О. Г. Гладощук, повинна «знайти своє місце і можливості самореалізації у новому глобальному просторі, своїми орієнтирами починає вбачати не лише знання, уміння й навички, але й загальну фізичну, психологічну, моральну складову людини, адже загальна спрямованість на гармонійних розвиток особистості визначає головну мету сучасної освіти як розвиток можливостей особистості, які потрібні їй самій у професійно-виробничій діяльності та суспільству, як включення її в соціально-ціннісну діяльність». Нам імпонують ці думки. П.П. Ткаченко вважає, що на сьогоднішній день «зміни в системі фізичного виховання студентів в Україні поставили перед закладами вищої освіти завдання корінного і всебічного поліпшення професійної підготовки майбутніх фахівців». Науковець зазначає, що «зміни цільової спрямованості фізичного виховання, суть якого зводиться до формування фізичної культури особистості, вимагає від навчально-виховного процесу відмови від авторитарних методів, врахування інтересів і потреб студентів у сфері особистого фізичного і духовного вдосконалення, а зміни соціокультурних процесів в суспільстві зумовлюють прагнення молоді до заперечення сталих фізкультурно-спортивних традицій у вищих навчальних закладах і формування нових стереотипів різних виявів рухової активності, оптимально відповідних їх стилю, способу життя, соціально-психологічному і морфо- функціональному статусу, особливостям ментальності». У більшості людей, які зайняті у сфері інтелектуальної праці, рухова активність обмежена. Це притаманне й студентам, у яких співвідношення динамічного і статичного компонентів життєдіяльності складає, за даними С.Н. Бацунова, за часом у період навчальної діяльності 1:3, а у позанавчальний час 1:8. Ці показники вказують на низький рівень рухової активності значного контингенту студентів. У той же час значна частина студентів захоплюється спортом, рівень досягнень якого вимагає від них виконання порівняно високих за обсягом та інтенсивністю фізичних навантажень.

З метою вивчення стану розвитку рухової активності студентів засобами спортивних ігор в освітньому середовищі університету було здійснено анкетування 309 студентів (2 курс), які навчалися з галузі знань 01 «Освіта/педагогіка» спеціальності 03 «Гуманітарні науки», 035

«Філологія» та 014 «Середня освіта українська мова і література» за освітнім ступенем «бакалавр». В анкетуванні брали участь 32 студенти Бердянського державного педагогічного університету, 74 студенти – Хмельницького національного університету, 71 студент – Дрогобицького державного педагогічного університету та 132 студенти Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Проведене опитування студентів дозволило встановити, що майже половина, а саме 43,3 % мають не достатній тижневий обсяг рухової активності, 27,8 % опитаних студентів стверджують про частково достатній та тільки 22,1% студентів вважають свій тижневий обсяг рухової активності достатнім, важко було відповісти 6,8 % респондентам щодо власного тижневого обсягу рухової активності.

Результати опитування студентів про оптимальний тижневий обсяг організованої рухової активності свідчать, що третина (33,7 %) респондентів займаються фізичними вправами від 6–12 год. упродовж тижня, 26,8 % опитаних студентів вказують на тижневий обсяг рухової активності від 3–5 год, 24,1 % респондентів вважають свій тижневий обсяг рухової активності 2 год, 15,4 % – важко відповісти.

Висновки. У процесі дослідження проаналізовано особливості організації фізичного виховання у закладах вищої освіти та вивчено стан розвитку рухової активності студентів в освітньому середовищі університету. З'ясовано, що майже половина опитаних студентів мають не достатній тижневий обсяг рухової активності, і тільки п'ята частина студентів зазначили свій тижневий обсяг рухової активності достатній. Оптимальні тижневі обсяги організованої рухової активності для третини опитаних студентів є заняття фізичними вправами від 6–12 год упродовж тижня, і тільки четверта частина опитаних студентів вказали на оптимальний обсяг рухової активності 2 год. на тиждень.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у вивченні розвитку рухової активності засобами спортивних ігор у навчальний та позанавчальний час.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Анікєєв Д. М. Рухова активність у способі життя студентської молоді : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту. Київ, 2012. – 20 с.
2. Глагошук О. Г. Рухова активність студентської молоді – шлях до професійного здоров'я. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 2015. Вип. 5 (1). С. 60–63.