

культури і спорту, 27 листопада 2003.

3. Романенко В.В. Вплив різних режимів рухової активності на фізичний стан студенток вищих навчальних закладів гуманітарного профілю: Автореф. дис.... канд. наук з фіз. вих. і спорту. - Львів, 2003. -26с.
4. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта : Москва, 2001, С. 143-146.

THE PROBLEMS OF ORGANIZATION SCAINTIFIC PROCES IN INSTITUTE

Vira BAZYLCHUK

Lviv State Institute of Physical Culture

In the article the problems of health students. Carrying out pedagogical experiment that recommends substitution occupation OFP of occupation sports. Discover influence these occupation of figure physical health students in the institute.

ВПЛИВ НЕТРАДИЦІЙНИХ ФОРМ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ НА СТАН ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Алім БАТЮК

Криворізький економічний інститут КНЕУ

Виховання здорового підростаючого покоління сьогодні належить до категорії складних у сучасній педагогічній науці. За останніми даними статистичного аналізу в Україні захоплюється фізичною культурою 6-8 % молоді й дорослих людей, у США 60%, у Японії 80%. Аналізуючи становище занять фізичною культурою, сучасні науковці висловлюють думку про необхідність зміни форм і методик роботи у загальноосвітніх і вищих закладах. Дослідники пропонують доповнення стандартних форм у навчанні нетрадиційними з метою покращення фізичного стану здоров'я студентської молоді.

Здоров'я визначається як здоровий стан організму, або стан людини без хвороб. М.М.Амосов, видатний науковець ХХ століття, визначав здоров'я як "кількісний показник". Кількість здоров'я науковець трактував як систему "резервних потужностей" головних функціональних систем організму. Дослідник зазначав, що здоров'я треба "...добувати самому собі тренуванням".[1,С.241].

Тому сучасні науковці вважають, що для поліпшення здоров'я сучасній молоді необхідні фізичні навантаження, які забезпечують певний рівень фізичних якостей.

Досліджуючи проблему підвищення стану здоров'я студентської молоді, ми звернулися до досвіду зарубіжних колег США. Аналізуючи літературні джерела

необхідно зауважити, що однією з особливостей виховання США є відсутність єдиної системи освіти. Кожен штат визначає її структуру самостійно, і як наслідок існує велика кількість програм з фізичної культури й оздоровчо-пізнавальних програм з цієї галузі.

Спен Дж. Моон. С. у своїх роботах пропонує сучасним викладачам якості, якими повинні володіти компетентні спеціалісти, працюючи у школах і освітніх закладах. Автор визначає компоненти, які є головними на їх думку, при формуванні у молоді здорових поглядів на життя:

- харчування у закладі;
- психологічне, соціальне і консультативне обслуговування у закладі;
- середовище закладу;
- організація активної пропаганди здоров'я серед студентів, викладачів і працівників закладу;
- вплив родини;
- програми оздоровчої спрямованості, вичерпно наповнені традиційними формами фізичної культури. [4, С.43-44].

На нашу думку, кваліфікованому викладачеві мають бути притаманні почуття взаєморозуміння, вміння використовувати неформальні й нетрадиційні методи і форми фізичної культури. Необхідно вміння переконати студентів підійти творчо до рухової активності.

Визначенню різних форм фізичної культури приділяли увагу такі вчені: В.П.Бенедь, І.Р.Бондар, О.Д.Дубоград, В.І.Завадський, С.М.Канішевський, Н.М.Ковальчук, Ю.О.Короп, А.В.Магльований, М.І.Петренко та інші.

Досліджуючи новітні форми відпочинку молоді, О.В.Іваницький, О.А.Іванова, В.В.Матов, І.Н.Шаробарова підкреслюють, що для самостійних занять фізичною культурою молоді краще використовувати нетрадиційні форми фізичної культури. Автор пропонує будувати комплекси вправ ритмічної гімнастики з урахуванням індивідуальних потреб. [2, С.7].

І.В.Петрова вважає, що організація дозвілля у країнах Західної Європи та США містить різновиди нетрадиційних методик та форм фізичної культури, які сприяють професійному, інтелектуальному та оздоровчому розвитку молоді. Однією з головних форм організації молоді, підкреслює автор, можуть бути соціально-оздоровчі клуби, кількість яких на сьогодні (на прикладі клубів "Інтеракт") нараховує близько 7 тисяч клубів у 100 країнах світу. І.В.Петрова зауважує, що поряд з традиційними формами фізичної культури молодь успішно займається й нетрадиційними. Автор трактує, що робота, яку проводять спортивні і соціальні клуби, необхідна для того, щоб виховати надійне молоде покоління, здатне вести здоровий спосіб життя [4, С.13-16].

Отже, система соціального і фізичного виховання країн Західної Європи та США передбачає обов'язкове виховання у молоді активної позиції щодо свого здоров'я.

Проблему нетрадиційних форм фізичної культури та інтегративного підходу до спортивно-гуманістичного виховання молоді досліджує Ольхова Т.Г. Вона зазначає, що впливи студентів на фізкультурно-оздоровчу діяльність необхідно змінити за допомогою нових нетрадиційних заходів. Автор пропонує самостійні позааудиторні програми, ігри, свята на засадах певних сюжетів, які повинні розвивати творчі здібності молоді. Т.Г. Ольхова зауважує, що нетрадиційні форми фізичної культури, мають особливий вплив на особистість студента, розвиваючи його духовно й фізично [3, С. 53-55].

Все це підтверджує необхідність введення нетрадиційних форм фізичної культури у побут сучасної студентської молоді, які сприятимуть підвищенню фізичних якостей

студентської молоді і позитивно впливатимуть на стан їхнього здоров'я.

На нашу думку, кваліфікованому викладачу повинні бути притаманні почуття взаємопорозуміння, вміння використовувати неформальні й нетрадиційні методи і форми фізичної культури. Прищеплювати студентам потребу до рухової активності.

Займаючись проблемою підвищення стану здоров'я студентів за допомогою нетрадиційних засобів, ми вважали за необхідне вивчити стан цієї проблеми у Криворізькому економічному інституті КНЕУ. В результаті анкетування студентів I та II курсу 110 ч. було встановлено, що більшість студентів не мають бажання у позааудиторний час займатися руховими навантаженнями доповнюючи свій режим фізичними вправами.

Поняття "нетрадиційні форми" студенти не можуть трактувати. В процесі експерименту були запропоновані лекції, бесіди, індивідуальні заняття з метою підвищення рівня спеціальних знань у галузі фізичної культури. Під час проведення заходів з фізичної культури значно покращилися взаємовідносини між викладачами й студентами, при проведенні тестування було виявлено покращення фізичних якостей, а також підвищення кількості студентів, які відвідують позааудиторні заняття й займаються нетрадиційними формами фізичної культури.

Література

1. Амосов Н.М. *Энциклопедия Амосова. Алгоритм здоровья. Человек и общество.* - М.: ООО АСТ; Д.: Сталкер, 2002. - 464с.
2. Иваницкий А.А., Матов В.В., Иванова О.А., Шарабарова И.Н. *Ритмическая гимнастика на ТВ.* - М.: Советский спорт. 1989. - 79с.
3. Ольхова Т.Г. *Опыт интегративного подхода к спортивно-гуманистическому воспитанию студентов // Теория и практика физической культуры.* - 2002. - №1. - С. 53-55.
4. Петрова І. *Культурно-дозвіллеві центри виникнення та розвиток // Рідна школа.* - 2000. - №7. - С.13-16.
5. Chen Jr. Moon S. *Worksite Health Strategies for the Year 2000: An Invitation to Health Educators // Health Education. Vol. 21, No. 1 - January / February.* - 1990. - p. - 43-44.

INFLUENCE OF NONCONVENTIONAL FORMS OF PHYSICAL TRAINING UPON THE STATE OF HEALTH OF STUDENTS

Alim BUTUK

Krivorizhsky economic institute

Annotation. In article is opened the problem of introduction of nonconventional forms of physical training in educational employment is discovered in this article. The researcher emphasizes the necessity of use of such forms and offers various nonconventional actions which promote increasing of physical qualities of the students.

Key words: nonconventional forms, physical training, physical qualities.