

2. Poszczególne ekstremalne średnie wartości kątowe w stawach kończyny dolnej w płaszczyźnie strzałkowej rejestrowane w poszczególnych grupach wiekowych dzieci nieznacznie odbiegają od wartości osiąganych w grupie osób dorosłych.

3. We wszystkich badanych grupach wiekowych występuje opóźnienie (ok.5%) w występowaniu poszczególnych faz cyklu chodu w stawach kolanowych i biodrowych w płaszczyźnie strzałkowej.

4. Przy założeniu, że badanie wykonywane jest z naturalną prędkością można stwierdzić, że parametr zmian kątowych nie różnicuje w zasadniczy sposób populacji dzieci i osób dorosłych.

ОРГАНІЗАЦІЯ ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ВИЩОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ

Євгенія ЗАХАРІНА

Запорізький гуманітарний університет "ЗІДМУ"

Актуальність. У законах України "Про фізичну культуру і спорт" і "Про освіту" фізичне виховання студентів визначається як один з основних напрямків вищої гуманітарної освіти [4].

Багатьма авторами фізична культура розглядається як один із важливих видів загальної культури людини, а її основні компоненти – фізичне виховання, студентський спорт і активне дозвілля – задовольняють потреби у фізкультурній діяльності практично кожної молодої людини [2, 5, 6]. Всі види фізичної культури окремо доповнюють один одного і знаходяться в тісному взаємозв'язку.

Традиційний шлях освоєння цінностей фізичної культури із пріоритетом фізичної підготовленості, спрямований на виконання уніфікованих програмних заходів нормативів, може складати лише базис для формування всієї системи цінностей фізичної культури, що далеко не вичерпуються тільки фізичними кондиціями молодої людини.

Особливу актуальність ця проблема набула в умовах перебудови суспільства, реорганізації вузівської освіти і її гуманітаризації. Свідчення цього – гострі концептуальні дискусії з питань формування фізичної культури студентської молоді вузів нефізкультурного профілю [1, 3, 5 та ін.]. Зокрема Закон України "Про фізичну культуру і спорт" визначає зміст фізичної культури студентів як самостійної сфери діяльності в соціокультурному просторі, виділяючи при цьому її освітні пріоритети [4].

Прагнення розробити ефективну систему фізичного виховання студентів повинно максимально враховувати особливості конкретної вибірки студентів. До цих особливостей відносяться: рівень "фізкультурної" освіченості студентів; характер попередньої рухової активності; ступінь, що декларується, і реальний стан занять руховою активністю; характер і ступінь очікувань від занять фізичним вихованням і т.д.

Індивідуалізація занять по фізичному вихованню можлива тільки при урахуванні соціально-психологічних чинників, а не тільки даних оцінки стану здоров'я і фізичної підготовленості студентів.

Використання даних інших численних досліджень соціально-психологічних особливостей студентів [2, 5] неможливе через розходження в умовах навчання і побутових умов студентів, у характері організації фізичного виховання та ін. Крім того, проведені дослідження характеризуються невеликою кількістю охоплених опитуванням студентів, що не дає підстав для широких узагальнень і переносі отриманих результатів на інший контингент студентів.

Мета – визначення основних шляхів підвищення ефективності організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах.

Методи і організація дослідження. Для вирішення завдань дослідження застосовувався комплексний підхід з використанням аналізу та узагальнення літературних джерел та документальних матеріалів, педагогічних спостережень, опитування, анкетування, експертних оцінок, методів математичної статистики. У дослідженнях брали участь студенти Запорізького гуманітарного університету “ЗІДМУ” (усього 100 студентів).

Результати дослідження. З огляду на те, що ефективність процесу фізичного виховання визначається не тільки нормативно заданими вимогам (інструкціями, положенням, нормативами), але й у значній мірі урахуванням соціально-психологічних чинників, у нашому дослідженні було вивчене відношення студентів до організації й змісту процесу фізичного виховання у вищому навчальному закладі.

Встановлено, що тільки 48% студентів повною мірою задоволені організацією фізичного виховання у вищому навчальному закладі. 32% студентів не повною мірою задоволені заняттями, що є великим резервом в удосконалюванні організації фізичного виховання. Крім того, частина студентів (17%) негативно ставляться до тих заняттям, що організовані кафедрою фізичного виховання (рис. 1).

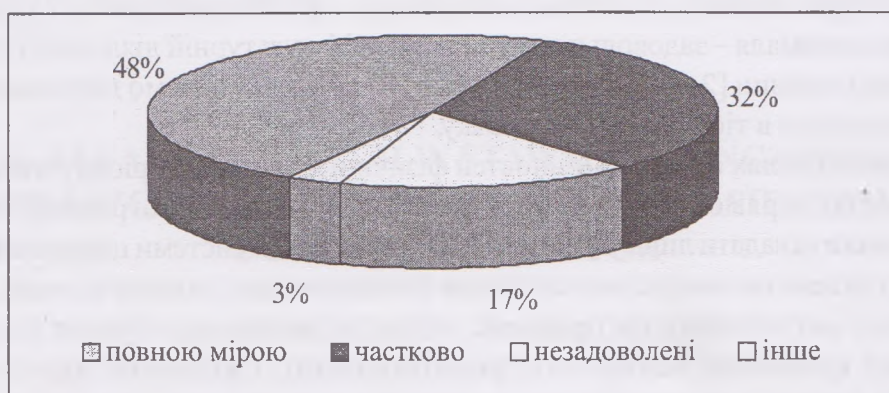


Рис. 1. Ступінь задоволення студентів організацією фізичного виховання

Організація занять по фізичному вихованню відбивається і на інтересі студентів до цих занять. Так, більшості студентів (41%) в основному подобаються проведені заняття і вони намагаються не пропускати їх, 20% студентів цілком задоволені заняттями і регулярно їх відвідують. У той же час 9% студентів звільнені від занять за станом здоров'я, 30% студентів відвідують заняття час від часу (інколи). Таким чином, 39% студентів не знаходять реалізації своїх оздоровчих, соціально-психологічних інтересів на заняттях, що є підставою для розробки більш ефективної системи фізичного виховання.

В останні роки постійно зростає число студентів із різноманітними відхиленнями в стані здоров'я, захворюваннями хронічного характеру, різноманітного роду фізичними і психічними перенапруженнями, травмами. Більшість студентів (52%) оцінюють стан здоров'я як не зовсім добрий і поганий, так само як і фізичну підготовленість (50%).

Про недостатньо ефективну побудову занять з фізичного виховання свідчать відповіді студентів. Зокрема їх не задовольняє спрямованість занять (29%), зміст занять (31%), недостатнє або надмірне навантаження (16%), відсутність музичного супроводу (11%) та інше.

Різноманітність груп дає підстави для реформування існуючої системи фізичного виховання, одним із компонентів якої є наповнюваність навчальних груп. Реально втілити цю вимогу студентів у рамках існуючих положень можливо тільки у випадку реорганізації фізичного виховання і більш чіткої диференціації студентів відповідно до розподілу в основну, підготовчу, спеціальну медичні групи і відділення спортивного удосконалювання й їхнього рівня здоров'я та фізичної підготовленості.

Результати соціологічних досліджень свідчать, що найбільшою популярністю в студентській молоді користуються фізичні вправ оздоровчо-рекреаційної спрямованості. Студенти віддають перевагу різноманітним видами оздоровчої гімнастики (аеробіка - 19%, фітнес- 19%, шейпінг-20%); заняттям у воді (плавання - 28% аквафітнес -17%); нетрадиційним видам (йога- 22% східні одноборства - 15%); ігровим видам (баскетбол - 13% волейбол- 10%); туризму і орієнтуванню - 22%. Порівняно однакове процентне співвідношення говорить про різнонаправленість інтересів цієї вікової групи. Тому впровадження нових технологій у сферу фізичного виховання дозволить розширити діапазон засобів рухової активності, тим самим збільшити кількість тих, хто займаються, задовольняючи їхні інтереси і потреби. Але більшість студентів (52%) не в змозі самостійно скласти індивідуальну програму фізкультурно-оздоровчих занять. Серед причин, що перешкоджають, виділені наступні: відсутність знань про структуру та зміст програми (27%); відсутність знань про власний рівень фізичного стану і підготовленості (11%); невизначені критерії ефективності фізкультурно-оздоровчих занять (13%); невміння регулювати фізичне навантаження (7%) і тільки 12% відмічають відсутність бажання.

Пріоритет оздоровчо-рекреаційної діяльності пояснюється особливим ефектом і неповторною можливістю значного підвищення загального рівня працездатності, переключення з одного виду діяльності на інший, що сприяє підвищенню успішності і творчої активності студентів. Цьому сприяють різноманітні форми проведення занять, що припускають зміни характеру й змісту фізичних вправ у залежності від мотивів, інтересів і потреб студентів у фізкультурній активності.

Серед факторів здорового способу життя студенти використовують рухову активність (52%), гігієнічні фактори (67%), відмову від шкідливих звичок (50%), раціональне харчування (16%).

Висновки. Проведені соціологічні дослідження дозволили виявити ряд соціально-психологічних чинників, що визначають ефективність процесу фізичного виховання. Виявлено недостатній рівень "фізкультурної освіченості" студентів, що виявляється в нечітких уявленнях про сутність здоров'я і здоровий спосіб життя, про роль рухової активності у формуванні здорового способу життя.

Неповна реалізація оздоровчо-рекреаційних завдань на заняттях є резервом для подальшого удосконалювання організації й змісту фізичного виховання студентів.

Література

- Білогур В.Є. *Теоретико-методичне забезпечення фізичного виховання у вищих закладах освіти.* - Автореф. дис. канд. наук з фв і с. - Рівне, 2002. - 18с.
- Виленский М.Я., Сафин Р.С. *Профессиональная направленность физического воспитания студентов педагогических специальностей.* - М.: Высшая школа, 1989. - 160с.

- Драчук А.І. Оптимізація фізичного виховання студентів вищих закладів освіти гуманітарного профілю. – Автореф. дис. канд. пед. наук. – Львів, 2001. – 20 с.
- Закон України “Про фізичну культуру і спорт”. – К., 1994.
- Канішевський С.М. Науково-методичні та організаційні основи фізичного самовдосконалення студентства. К.: ІЗМН, 1999. – 270 с.
- Щербина В.А., Операйло С.І. Фізична культура і біогуманітарна підготовка студентів вузів. – К., 1995. – 208 с.

ORGANIZATION OF PHYSICAL EDUCATION OF HIGH SCHOOL

Yevgenia ZAHARINA

Zaporozhye Gymanitairial University “ZIDMU”

The article deals with the problem of efficiency of organization of physical education of high school. The structure of motivation for physical culture of students is determined. It is necessary to change the process of physical education of high school.
