

**ІНДИВІДУАЛЬНІ ПОТРЕБИ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ**

Сергієнко Володимир, Сірик Антоніна
Сумський державний університет

Анотації:

У статті подано результати анкетування індивідуальних потреб студентів у процесі фізичного виховання на початку навчання у виші. Орієнтуючись на виявлені потреби, на основі індивідуального підходу потрібно розроблювати оптимальні форми і методи організації занять у вищому навчальному закладі, що максимально відповідають інтересам студентства. Абсолютно очевидно, що задоволення інтересів студентів у руховій активності є найважливішим шляхом у зміцненні їхнього здоров'я, потреби в самостійних заняттях фізичною культурою і спортом, формуванні здорового способу життя.

Ключові слова:

студенти, здоров'я, фізичне виховання, потреби, спортивні спеціалізації.

The article presents the results of questioning of the individual needs of students during physical education at the beginning of studying at higher educational institution. Focusing on identified needs, it is necessary to develop optimal forms and methods of training in higher educational institution which are based on an individual approach that satisfies the interests of students best of all. It is obvious that the satisfaction of the interests of students in motor activity is an important way to enhance their health, the needs for self-employment during physical training and doing sports which creates a healthy lifestyle.

students, health, physical education, needs, sports specialization.

В статье представлены результаты анкетирования индивидуальных потребностей студентов в процессе физического воспитания в начале учебы в высшем учебном заведении. Ориентируясь на выявленные потребности, на основе индивидуального подхода необходимо разрабатывать оптимальные формы и методы организации занятий в высшем учебном заведении, которые максимально отвечают интересам студенчества. Абсолютно очевидно, что удовлетворение интересов студентов в двигательной активности является важнейшим путем в укреплении их здоровья, потребности в самостоятельных занятиях физической культурой и спортом, формировании здорового образа жизни.

студенты, здоровье, физическое воспитание, потребности, спортивные специализации.

Постановка проблеми в загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями дослідження. Фізична культура і спорт мають загальну предметну основу як вид рухової діяльності, що спрямовуються одними і тими самими інтересами та мотивами. Посилюючи мотивацію до занять із фізичного виховання, доцільно відштовхуватися від особистих бажань кожного студента на основі конкретно обраного виду спорту, де відкривається реальна перспектива ефективного рухового потенціалу в поєднанні з індивідуальними потребами і руховими здібностями [7]. Вирішення виділеної проблеми може бути здійснено з урахуванням максимального розвитку особистості студента, його самореалізації і самоствердження, що, у свою чергу, сприятиме підвищенню ефективності засвоєння навчального матеріалу з акцентом на самоосвіту у сфері фізичної культури і спорту. Таким студентам буде притаманна ґрунтовність знань із фізичного виховання, вони володітимуть уміннями та навичками фізичного самовдосконалення, організації здорового способу життя, використовуватимуть засоби фізичної культури для реабілітації після високих нервово-емоційних навантажень і перенесених захворювань, також творчо запроваджуватимуть фізичну культуру в професійну діяльність, у сімейне життя [5].

Уведення спортивної складової у фізичне виховання студентської молоді вимагає певної модифікації й адаптації до умов навчання у вищих навчальних закладах. У будь-якому випадку студентів у своєму фізичному розвитку постійно потрібний етап змагального духу,

відчуття причетності до команди університету і можливості для досягнення високих спортивних результатів. Актуальність цієї проблеми впливає з реальних процесів формування домінанти фізичного виховання у вишах, із необхідності його переорієнтації на особистісно зорієнтований зміст фізкультурно-спортивної діяльності [1; 6].

Дослідження проведене згідно з темою «Професійно-прикладна психофізична підготовка студентів» (№ державної реєстрації: 0116U006733) за планом НДР кафедри фізичного виховання і спорту Сумського державного університету.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Ретроспективний аналіз рівня здоров'я, фізичної підготовленості молоді засвідчує, що нині серед студентів перших курсів спостерігається зростання захворюваності, зниження рівня фізичної підготовленості, збільшення чисельності повністю звільнених від практичних занять і кількості тих, які займаються у спеціальних медичних групах [2; 3]. Низький рівень здоров'я студентської молоді робить винятково актуальним пошук шляхів його зміцнення [4; 8]. У зв'язку з цим важливим завданням сучасної педагогічної і спортивної науки стає пошук нових форм, засобів, методів і технологій розвитку стану здоров'я студентів у процесі їхнього навчання у вищому навчальному закладі.

Формулювання мети – визначити індивідуальні потреби студентів у процесі фізичного виховання (на основі анкетування) на початку навчання у Сумському державному університеті у 2016–2017 н. р.

Результати дослідження та їх обговорення. Для підвищення і стимулювання рухової активності студентів у процесі фізичного виховання в Сумському державному університеті (далі – СумДУ) розроблена педагогічна модель послідовної реалізації організаційно-педагогічних блоків, у якій систематизовано й інтегровано різні форми:

- традиційна (за вибором студентів усіх спеціальностей спортивного профілю);
- професійно-орієнтована (для студентів медичних спеціальностей, юристів, військової кафедри);
- індивідуальна (для студентів, які мають індивідуальний графік навчання із закріпленням викладача кафедри фізичного виховання і спорту);
- секційна (додатково за бажанням студентів у спортивних і загальнооздоровлювальних секціях, без виділення кредитів ЄКТС, але із заохочувальними балами до традиційної).

У межах цієї моделі розроблено етапи послідовного формування рухової активності. На першому курсі проводиться моніторинг щодо виявлення загального рівня мотивації до спортивної діяльності, тестування початкового рівня фізичної підготовленості студентів. На другому курсі розробляються організаційно-педагогічні заходи, у рамках яких проводиться робота зі стимулювання фізкультурно-спортивної активності. На третьому курсі реалізуються інтеграційні форми підвищення рухової активності, а на четвертому курсі виявляється кінцевий рівень сформованого рухового потенціалу студентів. На всіх етапах проводиться подальше коригування засобів і методів організаційно-педагогічних заходів як на окремому навчально-практичному занятті, так і протягом семестру, навчального року, усього періоду навчання у вищому навчальному закладі.

У результаті реалізації фізкультурно-оздоровлювального компонента за допомогою методу інтеграції форм фізичного виховання у процесі навчання збільшується час для занять фізичною культурою і спортом, майже в кожного студента основної групи спостерігається підвищення рухової активності, збільшується кількість студентів (56 %), які беруть участь у спортивно-масових заходах. В обставинах, що склалися, украй важливо правильно вибрати стратегію і шляхи розвитку фізичного виховання студентської молоді як одного з найголовніших практично-діяльних компонентів формування сучасного висококваліфікованого

I. Науковий напрям

фахівця. Ґрунтуючись на цих положеннях, у СумДУ забезпечується побудова різноманітної за спрямованістю і змістом авторської інтеграційної моделі рухової діяльності за такими видами спорту, як плавання, аеробіка, атлетична гімнастика, футзал, лижні перегони, едноробства, спортивне орієнтування, веслування на байдарках і каное, легка атлетика, волейбол, настільний теніс, бадмінтон, із метою формування особистісно зорієнтованої фізкультурно-оздоровлювальної діяльності.

Проте підвищена зацікавленість виникає передусім до студентів першого курсу, серед яких на перших заняттях із фізичного виховання проводиться анкетування, що дає змогу значною мірою визначити їхню фізкультурно-спортивну активність і спортивні інтереси.

В експрес-анкетуванні взяли участь 983 студенти перших курсів різних факультетів та інститутів СумДУ з метою визначення кількості студентів, які займалися конкретним видом спорту до вступу у ВНЗ, їхнього бажання продовжувати спортивну діяльність у процесі навчання, а також виявити найбільш популярні види спорту (табл. 1).

Таблиця 1

Порівняльна характеристика кількості вступників-спортсменів до Сумського державного університету у 2016 році

Контингент вступників	Факультети/інститути						
	ННІБТ <i>n</i> = 86	ФЕЛІТ <i>n</i> = 132	ННІФЕМ <i>n</i> = 90	ННІП <i>n</i> = 106	МІ <i>n</i> = 308	ФІФСК <i>n</i> = 205	ФТЕСЕТ <i>n</i> = 56
I курс	14	47	17	17	38	18	30
II курс	–	8	2	–	9	2	7
III курс	–	4	–	–	–	3	7
Магістратура	–	3	22	4	–	11	8
Усього	14	62	41	21	47	34	52
	271						

Примітка. ННІБТ – навчально-науковий інститут бізнесу і технологій; ФЕЛІТ – факультет електроніки та інформаційних технологій; ННІФЕМ – навчально-науковий інститут фінансів, економіки та менеджменту; ННІП – навчально-науковий інститут права; МІ – медичний інститут; ФІФСК – факультет іноземної філології та соціальних комунікацій; ФТЕСЕТ – факультет технічних систем і енергоефективних технологій

Результати анкетування засвідчили, що найбільша кількість першокурсників-спортсменів навчається на факультеті ЕЛІТ – 47 осіб, що становить 35,6 % від загальної кількості студентів, які взяли участь в анкетуванні на цьому факультеті, далі МІ – 38 осіб (відповідно 12,3 %), ФТЕСЕТ – 30 осіб (53,6 %), ФІФСК – 18 осіб (8,8 %), ННІФЕМ і ННІП – по 17 осіб (18,9 і 16,1 % відповідно), ННІБТ – 14 осіб (16,3 %).

Анкетне опитування також виявило кількість спортсменів, які вступили на другий курс (ФЕЛІТ – 8 осіб, ННІФЕМ і ФІФСК – по 2 особи, МІ – 9 осіб, ФТЕСЕТ – 7 осіб), на третій курс (ФЕЛІТ – 4 особи, ФІФСК – 3 особи, ФТЕСЕТ – 7 осіб), відповідно в магістратурі на першому курсі навчаються на ФЕЛІТ – 3 спортсмени, ННІФЕМ – 22 спортсмени, ННІП – 4 спортсмени, ФІФСК – 11 спортсменів і ФТЕСЕТ – 8 спортсменів.

I. Науковий напрям

Також отримано дані, що з опитаних 983 першокурсників у спортивних секціях ДЮСШ займалася 101 особа (10,3 %), а у спортивних секціях загальноосвітніх навчальних закладів – 73 особи (7,4 %). Аналіз даних опитування дав змогу відстежити спортивний імідж СумДУ, у якому 1,5 % студентів оцінили його як низький рівень, 25,7 % – як належний, 72,8 % – як високий, водночас, відповідаючи на запитання про те, з яких джерел вони отримують інформацію про спортивні успіхи Сумського державного університету, більшість студентів (68,7 %) обрали сайт університету, 13,5 % – масмедіа, 7,2 % – пораду тренера, 10,6 % – інше.

Згідно з результатами вступу до СумДУ у 2016 році, з-поміж 271 спортсмена, якщо навчаються на різних факультетах/інститутах, високу спортивну кваліфікацію (табл. 2) мають 80 студентів (МСМКУ – 2 особи, МСУ – 19 осіб, КМСУ – 32 особи, I розряд – 27 осіб).

Потрібно також відзначити, що 21 студент підвищує спортивну кваліфікацію у школах вищої спортивної майстерності, а 10 осіб входять до збірних команд України (легка атлетика, боротьба дзюдо, біатлон, лижні перегони, панкратіон).

Таблиця 2

Кваліфікаційний рівень вступників-студентів до Сумського державного університету у 2016 році

Кваліфікація вступників	ННІБТ	ФЕЛІТ	ННІФЕМ	ННІП	МІ	ФІФСК	ФТеСЕТ	Усього
I розряд	3	3	1	2	8	2	8	27
КМСУ	–	4	16	4	1	2	5	32
МСУ	1	–	4	3	6	5	–	19
МСМКУ	–	–	–	–	1	1	–	2

Викликає повагу думка студентів (72 %) щодо бажання продовжувати спортивну кар'єру під час навчання у СумДУ, в якому створюються оптимальні умови для підвищення спортивних результатів у різних видах спорту із залученням матеріально-технічної бази, де функціонують 5 спортивних комплексів (окремі споруди). До послуг студентів: сучасний легкоатлетичний манеж, 2 басейни, лижна та водно-веслувальна бази, позаміський спортивно-оздоровлювальний центр, тенісний корт, стадіони та обладнані спортивні майданчики, стрілецький тир та мережа спеціалізованих спортивних і тренажерних залів. Працюють 89 спортивних секцій із 36 видів спорту.

На запитання експрес-анкетування щодо вибору виду спорту, яким би було цікаво займатися в університеті, більшість студентів (36 %) виявили бажання займатися ігровими видами спорту (волейбол, футбол, футзал, баскетбол, гандбол), 26,2 % студентів обрали групи загальної фізичної підготовки (атлетична гімнастика, фітнес, аеробіка), 22 % студентів бажають займатися циклічними видами спорту (легка атлетика, лижні перегони, плавання), інші у групах спортивних видів єдиноборств (самбо, карате, дзюдо, бокс) – 15,8 %.

Отже, на основі проведеного анкетування з урахуванням потреб студентів відкриваються найбільш популярні види спорту, що, у свою чергу, дає можливість поповнювати збірні команди інститутів/факультетів університету. Проте, щоб залучити студентів до активних занять фізичною культурою і спортом та підвищити їхню зацікавленість у руховій активності, необхідно проводити низку таких заходів, як організація навчальних занять за принципом спортивних спеціалізацій, організація масових спортивних змагань, проведення спартакіад

серед першокурсників, системна профорієнтаційна робота з обдарованими дітьми, агітаційна робота, що пов'язана з уведенням тестування фізичної підготовленості.

Висновки. Побудова навчально-тренувальних занять у процесі фізичного виховання на основі індивідуальних потреб та обраного виду спорту вимагає значних організаційних заходів щодо врахувань інтересів студентів. Цілеспрямована пропаганда фізичної культури, яка здійснюється за рахунок залученості студентів кожного вищого навчального закладу до спортивно-оздоровлювальної діяльності, дасть змогу реалізувати власні потреби в руховій активності, формувати здоровий спосіб життя.

Перспективи подальших досліджень. Більш детального дослідження потребує визначення впливу занять за спортивними спеціалізаціями на стан здоров'я студентів, їхню соціальну активність, взаємозв'язок психічного і фізичного здоров'я, а також на якість навчально-виховного процесу з фізичного виховання.

Список використаних літературних джерел

1. Белих С. І. Теоретико-методичні засади особистісно орієнтованого фізичного виховання студентів : монографія / С. І. Белих. – Донецьк : ДонНУ, 2014. – 389 с.
2. Гаркуша С. В. Сучасні тенденції у стані здоров'я дітей і молоді в умовах навчання / С. В. Гаркуша // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2013. – № 10. – С. 7–11.
3. Грибан Г. Роль рухової активності в житті студентів / Г. Грибан, В. Романчук, С. Романчук // Спортивна наука України. – 2014. – № 4 (62). – С. 57–62.
4. Завидівська Н. Н. Особливості формування загальної фізкультурно-оздоровчої освіти студентів в умовах здоров'язбережувального навчання / Н. Н. Завидівська // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2014. – № 1 (39). – С. 37–42.
5. Мосейчук Ю. Ю. Формування мотиваційних потреб студентської молоді до фізкультурної діяльності / Ю. Ю. Мосейчук // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури: фізична культура і спорт / за ред. Г. М. Арзютова. – К. : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2011. – С. 400–403.
6. Пешкова Н. В. Спортизация физического воспитания как условие развития студенческого спорта в вузах неспортивного профиля / Н. В. Пешкова, Л. И. Лубышева, А. А. Пешкова // Теория и практика физической культуры. – 2013. – № 12. – С. 88–95.
7. Філіппов М. М. Формування освітнього процесу в вузівському фізичному вихованні / М. М. Філіппов // Фізичне виховання та спорт у контексті державної програми розвитку фізичної культури в Україні: досвід, проблеми, перспективи : зб. наук. праць. – Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2014. – С. 160–163.
8. Юрчишин Ю. В. Технологія залучення студентів до рухової активності оздоровчої спрямованості у процесі фізичного виховання : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту : спец. 24.00.02 – Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення / Ю. В. Юрчишин. – К. : НУФВСУ, 2012. – 22 с.