

УДК: 7

ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ СРЕДНЕ-СПЕЦИАЛЬНОГО ЗВЕНА К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ

Жаденова Ю.А., Алексеев А.М., Румянцева О.А.

Северный (Арктический) федеральный университет имени М.В. Ломоносова, Архангельск, Россия, e-mail: juliazhadenova@gmail.ru

Студенческий спорт в нашей стране активно укрепляет свои позиции, что способствует его развитию. 21 ноября 2017 года министром спорта Российской Федерации П.А. Колобковым, была утверждена Концепция развития студенческого спорта в Российской Федерации на период до 2025 года, одно из ее направлений является усиление роли физической культуры в системе студенческого спорта, что ведет к необходимости проведения научных исследований в студенческой среде.

В статье представлен анализ отношения студентов, обучающихся в средне-специальном образовательном учреждении, к занятиям физической культурой и спортом. Исследование проводилось на базе Архангельского колледжа телекоммуникаций им. Б.Л. Розинга. В ходе исследования было выявлено какими видами спорта занимаются студенты, наличие спортивных достижений (разрядов), как часто учащиеся выделяют время на занятия физической культурой, какие формы двигательной активности предпочитают, как студенты характеризуют понятие «здоровый образ жизни», чем бы студенты хотели заниматься и что, по их мнению, им в этом мешает. Данные анкетирования были проанализированы как в соответствии с полом участников, так и с возрастом (курсом обучения).

Ключевые слова: физическая культура, спорт, здоровый образ жизни, анкетирование, мотивация

ATTITUDE OF STUDENTS OF THE MIDDLE-SPECIAL LEVEL TO PHYSICAL EDUCATION AND SPORT

Zhadenova J.A., Alekseev A.M., Rumyantseva O.A.

Nothern (Arctic) Federal University named after M.V. Lomonosov
Arkhangelsk, Russia, e-mail: juliazhadenova@gmail.ru

Student sports in our country are actively strengthening their positions, which contributes to its development. On November 21, 2017, the Minister of Sports of the Russian Federation P.A. Kolobkov, the Concept for the development of student sports in the Russian Federation for the period up to 2025 was approved, one of its directions is to strengthen the role of physical culture in the system of student sports, which leads to the need for scientific research in the student environment.

The article presents an analysis of the attitude of students studying in a secondary specialized educational institution to physical culture and sports. The study was conducted on the basis of the Arkhangelsk College of Telecommunications named after I. B.L. Rosing. In the course of the study, it was revealed what kinds of sports students are engaged in, the presence of sports achievements (categories), how often students allocate time for physical education, what forms of physical activity they prefer, how students characterize the concept of "healthy lifestyle", what would students like to do and what, in their opinion, prevents them from doing so. The survey data were analyzed both in accordance with the gender of the participants, and with the age (course of study).

Keywords: physical culture, sports, healthy lifestyle, questionnaires, motivation

Именно благодаря занятиям спортом и физической культурой личность приобретает качества, особенности, которые сыграют большую роль в её профессиональной

деятельности. Поэтому спорт и физическая культура являются важной частью жизни студенческой молодежи в современном обществе.

Осознанная направленность личности на занятия физической культурой и спортом является одним из основополагающих элементов формирования физической культуры в современном обществе. Именно она определяет поведение личности, отношение к себе и окружающим. Направленность личности раскрывается не в отдельных, случайных поступках человека, а в избранной, главной сфере деятельности [7].

Таким образом, становится актуальным вопрос об отношении студентов к занятиям физической культурой и спортом, их мотивации, т.к. мотивы занятий физической культурой, по мнению Н. И. Пономарёва, В. М. Рейзина [7], – это главное условие их эффективности.

В последнее время большое количество специалистов в области физического воспитания поднимают вопрос о необходимости повышения интереса и улучшения отношения учащейся молодёжи к занятиям физической культурой и спортом [1,2,3,4,5,6].

Поскольку к группе студентов могут относиться люди различного возраста, статуса, уже имеющие образование выше среднего, нами был заранее определен круг респондентов. Ими стали студенты среднего-специального звена, обучающиеся в Архангельском колледже телекоммуникаций им. Б.Л. Розинга.

Материалы и методы. Студентам было предложено ответить на 11 вопросов, анкетирование проводилось анонимно. Первый блок состоял из социально-демографических вопросов (пол, курс обучения). Второй блок состоял из вопросов о физической активности (вид спорта, наличие разряда, частота занятий, предпочтительные формы занятий, определение понятия здорового образа жизни и оценка состояния своего физического развития). В третьем блоке респондентам предлагалось выбрать факторы, которые, на их взгляд, мешают им больше времени посвящать спорту, указать формы занятий, которые они могли бы выбрать, будь на то все необходимые условия, а также определить, как спорт помогает человеку в жизни.

В анкетировании приняло участие 76 человек, из них 55 мужчин и 21 женщин. По курсу обучения 16 человек, обучающихся на 1 курсе, по 23 студента 2 и 3 курса, 14 человек 4 курса. В работе использовались такие методы, как анализ, анкетирование и метод математической статистики.

Основная часть.

По итогам обработки полученных данных мы получили следующие результаты:

Для мужчин в большей степени здоровый образ жизни-это правильное питание и отказ для вредных привычек, для женского пола-аналогичный результат. Если рассматривать данные по курсу обучения, то учащихся 4 курсов наблюдение за состоянием здоровья становится определением здорового образа жизни.

75(м) и 76(ж) % опрошенных не занимаются каким-либо видом спорта. Оставшиеся респонденты в основном указали в занятиях спортом волейбол, бокс, футбол. И лишь 20% всех опрошенных имеют спортивные разряды.

Как форму активности мужчины предпочитают прогулки на свежем воздухе и тренажерный зал, женщины-тренажерный зал и танцы. Для студентов 1 курсов предпочтительнее прогулки на свежем воздухе, 2 курса- тренажерный зал, 3 курса- бег, 4 курса-утренняя гимнастика.

Частота занятий физической культурой варьируется от 2 до 4 раз в неделю.

При наличии всех необходимых условий мужчины выбрали активный отдых и самостоятельные занятия, а женщины активный отдых и клубные формы по физкультурным интересам. По курсам обучения студенты предпочли бы те же формы занятий.

Состояние своего здоровья респонденты в большей степени оценивают на «хорошо», и лишь не более 10% оценивают «плохо».

Почти половина опрошенных мужчин и женщин считает главной причиной, мешающей больше времени заниматься физической активностью отсутствие времени и усталость от учёбы. Рассматривая данный вопрос в категории курса обучения, выявлено, что для подавляющего большинства вопрос нехватки средств также является актуальным.

Также респонденты в большей части характеризуют спорт как средство для того, чтобы быть здоровым.

Таким образом, сложившаяся ситуация является неутешительной, так как подавляющее большинство учащихся не занимается спортом вовсе, что связывает с загруженностью от учёбы. Кроме того становится актуальным вопрос о необходимости повышения мотивации к занятиям физической культурой и спортом.

ЛИТЕРАТУРА

1 Балышева, Н. В. Общая характеристика проблемы дефицита двигательной активности студентов с ограниченными возможностями кардиореспираторной системы / Н. В. Балышева, М. Д. Богоева, М. В. Ковалева, Е. Н. Копейкина, О. Г. Румба // Культура физическая и здоровье: науч.-методич. журнал. – Воронеж: Изд-во ВГПУ, 2013. – Вып. 4 (46). – С. 85-90.

2 Бочарова, В. И. Технология повышения физической работоспособности студенток на основе системы Пилатеса // Культура физическая и здоровье: науч.-методич. журнал. – Воронеж: Изд-во ВГПУ, 2011. – Вып. 6 (36). – С. 34-36.

3 Горелов, А. А. К вопросу об использовании самостоятельной физической тренировки в образовательном пространстве современного вуза / А. А. Горелов, В. Л. Кондаков, А. Н.

Усатов // Физическое воспитание студентов. – 2013. – № 1. – С. 17-26.
doi:10.6084/m9.figshare.156351.

4 Горелов, А. А. Опыт использования средств физической культуры для повышения умственной и физической работоспособности, снижения нервно-эмоционального напряжения студентов с нарушениями в состоянии здоровья / А. А. Горелов, О. Г. Румба, В. Л. Кондаков // Научные ведомости Белгородского государственного университета. – Белгород: Изд-во БелГУ, – 2010. – № 6 (77). – Вып. 5. – С. 185-192.

5 Грачёв, А. С. Улучшение работы зрительного анализатора у студентов компьютерных специальностей // Современные проблемы науки и образования. – 2012. – № 6. – С. 341.

6 Жован, Г. Ф. О проблеме повышения квалификации преподавателей физической культуры, работающих в специальном учебном отделении / Г. Ф. Жован, О. Г. Румба // Теория и практика физической культуры. – М., 2015. – № 2. – С. 37-39.

7 Пономарёв, Н. И. О формировании потребности человека в физкультурно-спортивной деятельности (теоретический аспект) / Н. И. Пономарёв, В. М. Рейзин // Теория и практика физической культуры. – М., 1988. – Вып. 10. – С. 2-4.