

СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧА ДІЯЛЬНІСТЬ У ТЕХНІЧНОМУ ФАХОВОМУ КОЛЕДЖІ

Ніна Деделюк¹, Карина Чос², Юлія Приступа³

¹Кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри теорії фізичного виховання та рекреації Волинського національного університету імені Лесі Українки, dedeliuk.nina@vni.edu.ua;

²Магістрантка факультету фізичної культури, спорту та здоров'я Волинського національного університету імені Лесі Українки;

³Студентка факультету фізичної культури, спорту та здоров'я Волинського національного університету імені Лесі Українки

Вступ. Здобувачі освіти вищих спеціальних технічних фахових коледжів, як майбутні фахівці з вищою освітою великою мірою визначають майбутнє нашої країни, тому вони повинні мати не тільки високий рівень професійної підготовленості, але й бути фізично витривалими, працездатними і здоровими.

Однак спостерігається тенденція погіршення стану здоров'я студентів, які навчаються як у закладах у закладах вищої освіти. Щороку, як свідчить практика, збільшується кількість студентів, котрі займаються у спеціальних медичних групах. Майже 90 % молоді мають відхилення у стані здоров'я, а понад 50 % – незадовільну фізичну підготовленість (О. Д. Дубогай, І. В. Поташнюк, Г. Є. Іванова, С. А. Савчук, А. І. Драчук).

Аналізуючи стан фізичного виховання студентів, українські фахівці (Р. З. Поташнюк; В. І. Завацький; С. М. Канішевський; Р. Т. Раєвський, та інші) стверджують, що серед більшості з них, зазвичай, не достатньо сформована потреба піклуватися про власне здоров'я. Вони покладаються на діяльність лікувальних закладів і нехтують ефективними, економічно вигідними засобами оздоровлення – фізичними вправами.

Відомо, що використання різноманітних видів фізкультурної діяльності сприяє профілактиці захворювань, підвищенню працездатності, збільшенню тривалості життя, організації повноцінного дозвілля, боротьбі зі шкідливими звичками, створює умови пізнання власних можливостей і забезпечує оптимальні обсяги рухової активності (С. А. Бозанова, О. Качеров, Т. Ю. Круцевич, І. Козетов, Б. М. Шиян та інші).

Зараз ведеться активний пошук нових форм і методів підвищення якості фізичного виховання майбутніх фахівців з вищою освітою. Разом з тим аналіз спеціальної літератури (А. І. Драчук, В. П. Краснов, та інші) свідчить про те, що теперішня організація фізичного виховання у закладах вищої навчальних недостатньо ефективна для підвищення рівня фізичної підготовленості, здоров'я та інтересу значної кількості студентів до занять фізичними вправами. Дослідники відзначають, що студентська молодь байдуже ставиться до змісту обов'язкових фізкультурних занять (С. М. Канішевський, Р. Т. Раєвський, Є. М. Свіргунець, В. В. Романенко та інші). Це свідчить про нагальну потребу розробки нових науково обґрунтованих шляхів удосконалення організації фізичного виховання у закладах вищої освіти. На часі постає проблема дослідження організації спортивно-оздоровчої діяльності здобувачів освіти вищих технічних фахових коледжів, а також активізації спортивно-оздоровчої діяльності їх у навчальний, позанавчальний та вільний час. Для забезпечення даної проблеми перед нами поставили мети наступні завдання: аналіз стану організації спортивно-оздоровчої діяльності студентської молоді та її впливу на динаміку фізичної підготовленості здобувачів освіти упродовж навчання; вивчення спортивно-оздоровчих потреб студентів та рівня їх задоволення в умовах освітнього процесу. А також розробка шляхів організації спортивно-оздоровчої роботи студентів вищого технічного фахового коледжу.

Методи дослідження полягали у вивченні спортивно-оздоровчих потреб студентів та рівня їх задоволення в умовах освітнього процесу вищого технічного фахового коледжу; аналізу динаміки показників рівня фізичної підготовки впродовж навчання; апробації методики організації спортивно-оздоровчої роботи студентів вищоготехнічного фахового коледжу.

Результати дослідження показників фізичної підготовленості дозволили виявити наступне: вихідний рівень фізичної підготовленості студентів вищоготехнічного фахового коледжу на першому курсі недостатній; стан фізичної підготовленості студентів протягом навчання погіршується, що зумовлює необхідність організаційних змін у системі спортивно-оздоровчої діяльності здобувачів освіти в умовах вищого навчального закладу.

Упродовж першого року навчання виявлено поступове зменшення кількості студенток із вищим за середній РФП (рівень фізичної працездатності), а на другому курсі спостерігається зменшення

зазначеної кількості майже у двічі. Аналогічні результати виявлені також у юнаків другого року навчання. Відтак, необхідні організаційні зміни у системі навчальних і позанавчальних занять для забезпечення позитивного впливу на рівень фізичної підготовленості та здоров'я студентів. Респонденти обох статей насамперед запропонували замінити традиційний зміст занять, запровадити заняття за вибором, заміна навчальної форми занять на факультативну та розширення теоретичного розділу, покращити умови проведення занять та збільшити їх кількість, проводити їх більш цікаво.

Результати дослідження вивчення кількості пропущених занять з фізичного виховання студентами контрольних і експериментальних груп за даними журналів реєстрації відвідування занять з фізичного виховання дають підстави стверджувати, що студенти експериментальних груп більш систематично відвідували навчальні заняття ніж у контрольних групах.

Комплексний підхід до організації процесу фізичного виховання, покладений в основу запропонованої моделі, сприяв покращенню показників відвідування занять (на 20,3 %), зменшенню пропусків занять через хворобу (на 70,7 %), підвищенню рівня фізичної підготовленості (на 21,5 % зросла кількість студентів з високим рівнем фізичної працездатності і на 14,9 % зменшилася кількість студентів із нижчим за середній РФП) та рівня фізичного здоров'я (зросла кількість студентів з вищим за середній РФЗ (на 18,0 %), і на 7,0 % знизилася кількість студентів з низьким РФЗ).

Висновки. Упровадження нових шляхів організації спортивно-оздоровчої роботи здобувачів освіти вищого технічного фахового коледжу, а також вивчення спортивно-оздоровчих потреб студентів та рівня їх задоволення в умовах освітнього процесу позитивно відображається на динаміці їх фізичної підготовленості упродовж усього терміну навчання, формує та забезпечує їх оздоровчі потреби.

Джерела та література

1. Закон України «Про вищу освіту» № 1556-VII від 01.07.2014. URL: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/1556-18>.
2. Закон України «Про освіту» № 2145-VIII від 05.09.2017. URL: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/2145-19>.
3. Державна цільова соціальна програма розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року (затверджено Постановою Кабінету Міністрів України від 1 березня 2017 р. № 115). URL: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/115-2017-%D0%BF>.
4. Деделюк Н. А. Організація масових фізкультурно-спортивних заходів з використанням національних традицій фізичного виховання: навч. посіб. для студентів. Луцьк: Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2008. 72 с.