

Улановский А.Н.

*Национальный университет «Одесская юридическая академия»,
старший преподаватель кафедры физического воспитания*

Гоголева Е.Н.

*Национальный университет «Одесская юридическая академия»,
старший преподаватель кафедры физического воспитания*

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В ПОТРЕБНОСТЯХ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Решение проблемы здоровья человека всегда было, есть и будет самой важной и сложной задачей, решаемой человеческим обществом на всех этапах его развития. Это особенно важно для будущих специалистов, поскольку овладение профессией требует профессиональной надежности и долголетия, безупречного здоровья. Понятно, если не компенсировать недостатки развития моторики в студенческие годы, то к концу обучения можно получить специалиста с достаточным уровнем профессиональных знаний, но с плохим здоровьем и слабой физической подготовленностью. Последнее может явиться серьезной преградой для эффективной реализации в последующей самостоятельной профессиональной деятельности полученных в вузе знаний.

Изменение сознания и отношения к занятиям физической культурой - это ключевая проблема, от решения которой зависит здоровье нашей молодежи. Если говорить о требованиях к собственному состоянию здоровья и физического развития, то в этом отношении данная область профессиональной подготовки в значительной степени отстает от требований, предъявляемых к подготовке юристов и правоведов. Хотя по нашему мнению эта область государственного доверия к определенному роду профессии не менее важна, в частности, в области охраны здоровья детей, молодежи и нации в целом. В пропаганде физической культуры и спорта большое значение имеет отношение к данной области знаний и его способность применять эти методы в практической деятельности, не говоря уже о том, что его собственное состояние здоровья зависит от этих занятий.

Основными задачами нашего исследования стали: изучение динамики изменения мотивационно-ценностного отношения студентов к занятиям физической культурой на втором году обучения; выявление причин, оказывающих негативное влияние на посещаемость и активность студентов на занятиях физической культурой.

Организация и методы исследования. Исследование проводилось в течение двух лет на базе Национального университета «Одесская юридическая академия».

Всего было привлечено к работе 232 студента, обучающихся на 1-2 курсах Факультета международно-правовых отношений и юридической журналистики.

Была разработана анкета для выявления мотивов посещения занятий по физической культуре. Анкета была опробована на первом курсе осенью и после корректировки на 2 курсе осенью.

В результате анкетирования можно сделать следующие выводы: ниже всего первокурсниками оценивался мотив получения знаний и умений, необходимых для профессии

юриста. Анализируя этот факт, мы определили, что при нашей методике преподавания физического воспитания недостаточное количество времени и внимания уделяется прикладной физической культуре, т.е. студенты-юристы, по данным исследования, получают недостаточные профессиональные знания, умения и навыки, необходимые для будущей профессии.

После анализа данных мы внесли некоторые изменения и дополнения в программу физического воспитания, где стали уделять больше внимания прикладной физической культуре. Сравнивая результаты анкетирования первокурсников и студентов второго курса, наблюдается тенденция изменения личностных ориентаций на занятиях физической культурой.

Анализ результатов показал, что для студенток 1 курса в начале осеннего семестра приоритетным было «желание быть аттестованным по предмету» - 24%, «использовать возможность отдохнуть, отвлечься от обыденных дел» - 30 %, когда как на конец учебного года в этот круг добавились также «улучшить осанку, походку» - 12 %, «повысить свою физическую подготовленность» - 9 %, «приобрести жизненно необходимые умения и навыки» - 11%. Появляется понимание о необходимости физкультурных занятий для будущей профессии (12,3%).

При выявлении причин, снижающих интерес и активность на занятиях по физической культуре, за основу были приняты результаты анкетирования студентов первого курса. Среди основных причин снижения интереса и активности 31,2 % опрошенных выделили несоответствие предлагаемых нагрузок физическим возможностям; 29,5% опрошенных называют низкий уровень собственной физической подготовленности, а также отсутствие занятий по интересам - 41,6%.

В заключение следует предположить, что управление мотивацией студентов к двигательной активности должно быть основано на рациональных формах организации учебного процесса на основе информации о запросах, потребностях и возможностях субъектов образовательного процесса в сфере физической культуры и спорта. Интеграция в учебно-образовательный процесс оздоровительных технологий позволит более эффективно решать вопросы профилактического воздействия на резистентность организма студентов к различным заболеваниям. Оптимальное сочетание физических упражнений и комплекса оздоровительных средств, таких как дыхательные упражнения из хатха - йоги, элементы волейбола и других спортивных игр, а так - же динамические упражнения под музыкальное сопровождение, способствует повышению уровня саморегуляции и самоконтроля; поднимает уровень активности студентов и сознательного управления своим функциональным состоянием, в результате чего возрастут работоспособность, уровень физической подготовленности и общий оздоровительный эффект.