

# **ПРИЧИНИ НИЗЬКОЇ ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТІВ У НАВЧАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ**

**Григорій ГРИБАН, Дмитро ДЗЕНЗЕЛЮК**

*Житомирський державний агроекологічний університет України*

В «Державній програмі розвитку фізичної культури і спорту в Україні» зазначалось, що внаслідок недостатньої уваги до питань фізичного виховання в сім'ях, середніх загальноосвітніх, професійних навчально-виховних і вищих навчальних закладах не задовольняється природна біологічна потреба дітей, учнівської і студентської молоді в руховій активності. Як наслідок, понад 80% дітей і підлітків різні відхилення в фізичному

розвитку, а кожен четвертий юнак у останні роки за станом здоров'я не призиваються на військову службу.

Так, перевірка фізичного розвитку і фізичної підготовленості абітурієнтів Державного агроекологічного університету України протягом одинадцяти останніх років показала, що майже 50% з них не може виконати на «задовільно» фізичні випробування (тести). У багатьох з них значні фізичні вади, захворювання; від 8,1 до 13,4% абітурієнтів віднесені до спеціальної медичної групи, а від 0,4 до 1,2% взагалі звільнені від фізичних навантажень в зв'язку з хронічними захворюваннями та інвалідністю (табл. 1). Такий стан є не випадковим, оскільки до вузів приходять вчорашні учні.

Тому від організації навчального процесу з фізичного виховання в вузах залежить багато – чи поліпшать своє здоров'я студенти, чи навпаки – студентська молодь зазнає великого навантаження не тільки негативного навколишнього середовища, але й процесів внутрішньої морфофункціональної перебудови організму, великого розумового і психічного навантаження, гіподинамії, незадовільних побутових умов, а також неповноцінного харчування.

Таблиця 1

**Показники медичного обстеження абітурієнтів Державного агроекологічного університету**

Рік обстеження	Кількість обстежених	Віднесено до основної групи (в %)	Віднесено до підготовчої групи (в %)	Віднесено до спеціальної групи (в %)	Звільнені та інваліди (в%)
1992	896	69,2	20,5	9,8	0,5
1993	999	72,1	18,9	8,2	0,8
1994	516	73,4	17,1	8,7	0,8
1995	491	71,1	19,6	8,1	1,2
1996	817	73,3	14,4	11,4	0,9
1997	754	76,0	13,0	10,3	0,7
1998	709	68,9	17,3	12,7	1,1
1999	650	69,9	16,6	13,1	0,4
2000	773	70,7	15,4	13,4	0,5
2001	931	69,4	12,8	17,4	0,4
2002	998	73,9	10,9	14,7	0,5

Другим важливим моментом, який негативно впливає на свідому активність студентів до самостійних занять фізичними вправами, є зосередження викладачів кафедр фізичного виховання на виконанні тільки тестів з фізичної підготовки, а процес досягнення цих результатів, розвиток особистості студента, його активність в навчальному процесі, початкові дані фізичного розвитку і фізичної підготовленості часто взагалі не враховуються. Такий підхід породжує у студентів ставлення-до фізичного виховання як до предмета, з якого необхідно отримати залік. В результаті короткочасного інтенсивного тренування (не завжди корисного) і в основному під впливом викладача, студенти «підтягнувши» відстаючі фізичні якості, здають тести, які від них вимагають. Після цього у них залишаються негативні враження від таких занять, які в подальшому породжують відчуження від фізичних вправ, а в цілому і від свого фізичного удосконалення [1].

Перетворення людини в засіб підкорення зовнішній меті руйнує її як особистість, примушує розглядати її в нелюдській функції [2]. Якщо в якості мети в фізичному вихованні розглядається виконання тільки тестів з фізичної підготовки, то студент виступає не як особистість, а як робоча сила. Крім того, якщо виходити з точки зору «головне — результат», то в даному випадку спотворюються добрі наміри, ігнорується моральний аспект вибору і використання засобів. Результати тестувань, які нами були отримані на протязі останніх років. (табл. 2) свідчать як про низьку фізичну підготовленість студентів, так і про невідповідність рівня розвитку їх фізичних якостей вимогам державних тестів і нормативів оцінки фізичної підготовленості населення України. Низький розвиток фізичних якостей неминуче викликає таких студентів самопочуття невпевненості в собі, занижену самооцінку і не сприяє підвищенню соціальної активності, породжує незадоволення заняттями з фізичного виховання та участю в спортивно-масових і фізкультурно-оздоровчих заходах.

Таблиця 2

**Показники оцінки фізичної підготовленості студентів державного агроекологічного університету**

Рік тестування	Кількість студентів	Оцінка задовільна (в%)	Оцінка незадовільна (в%)	Звільнені від тестування (в%)	Середній бал успішності
1996	823	46,1	42,1	11,8	2,52
1997	916	65,5	15,5	19,0	3,27
1998	1954	58,8	16,9	24,3	3,11
1999	1701	68,7	10,6	20,7	3,31
2000	2212	65,9	13,5	20,6	3,15
2001	2471	73,6	8,9	17,5	3,30

Вивчення динаміки фізичного розвитку, фізичної підготовленості і стану здоров'я студентів за весь період навчання вузі показує, що темпи приросту показників фізичної підготовки в них після другого курсу сповільнюються, а на четвертому і п'ятому навіть помітно знижені. У старшокурсників, які покинули обов'язкові заняття з фізичного виховання і не займаються самостійно фізичними вправами і спортом, чітко проявляється зниження фізичної працездатності і погіршення стану здоров'я [3].

Особливо непокоїть факт зменшення кількості студентів, які самостійно займаються в вільний час фізичними вправами, масовими видами спорту, ведуть здоровий спосіб життя. Причиною цього є ліквідація спортивних клубів у вузах України, які були покликані в першу чергу вирішувати завдання організації фізкультурно-оздоровчої і спортивно-масової роботи в позаурочний час, займатися підготовкою провідних спортсменів, формуванням збірних команд. Зараз цими питаннями вимушені займатися кафедри фізичного виховання.

Крім того, в останні роки значно збільшилося навчальне навантаження на кафедрах фізичного виховання, збільшилась кількість студентів за рахунок контрактного навчання, що призвело до зниження загального рівня фізичної підготовленості першокурсників. В багатьох вузах погіршилось матеріально-технічне забезпечення кафедр, залишають посади кваліфіковані викладачі та тренери.

Не таємницею і є те, що міністерства і ректорати вузів ігнорують Закон України «Про фізичну культуру і спорт», що призвело до значного скорочення кількості годин,

відведених на фізичне виховання. В багатьох вузах на 3-4 курсах взагалі немає в розкладі занять з фізичного виховання, частина вузів проводить заняття лише один раз в тиждень зменшилась кількість змагань і спортивно-масових заходів. При такому стані значна частина студентів залишилася поза увагою кафедр фізичного виховання.

Водночас однією з головних причин низької результативності фізичного виховання в вузах є те, що при чинній організації навчального процесу викладачі використовують одноосібний за своєю сутністю, тобто директивний чи авторитарний стиль управління. Він характеризується тим, що викладач сам приймає всі основні рішення при організації процесу фізичного виховання, без узгодження зі студентами. Діяльність студентів у навчальних заняттях суворо регламентована, викладач одноосібно контролює її і оцінює. Спілкування є в основному офіційним, в ньому переважають протекційно-наказові форми.

Для підвищення ефективності фізичного виховання в вузах необхідно створити умови для гуманізації навчально-виховного процесу на кафедрах фізичного виховання, індивідуалізувати і диференціювати в першу чергу навчальний процес, урізноманітнити форми проведення навчальних занять і позанавчальної роботи, надати студентам свободу вибору, а також включити їх в спільне управління фізкультурно-спортивною діяльністю.

Важливим кінцевим результатом занять з фізичного виховання є нерівень фізичної підготовленості, на який орієнтована традиційна організація фізичного виховання, а рівень ставлення студентів до цього виду діяльності, рівень сформованої мотивації, потреба в заняттях фізичними вправами в подальшому житті.

### Література:

1. Чернобаб И.О., Грибан Г.П., Чубаров М.М. Пути повышения эффективности физического воспитания в вузах // *Физическая культура и спорт в повышении социальной активности студентов: Сборник научных трудов /У майский сельхозинститут. - Умань, 1990. - С. 9-20.*
2. *Философско-психологические проблемы развития образования /Под ред. В.В. Давыдова./ - М.: Педагогика, 1981. - 176 с.*
3. Грибан Г.П., Опанасюк Ф.Г. Вплив навколишнього середовища на методи і засоби фізичного виховання учнівської та студентської молоді // *Вісник Державної агроєкологічної академії України, 1998. - № 2. – С. 14-16.*

---

## THE RECOMMENDATIONS OF PHYSICAL AND SPORT ACTIVITIES OF STUDENT IN THE PHYSICAL EDUCATIONS

G. GRIBAN, D. DZENZELIK

*The Zhytomyr State Agroecological University of Ukraine*

In this article are given the recommendations of improvement of the organization and giving physical educational classes. There are given the experimental material of physical readiness abiturients and students during many years. There are given the recommendations about perfect of organization quality and carrying physical education classes and the mass sport events out.

---