

ФОРМУВАННЯ ОБІЗНАНОСТІ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ

Дегтярєва І. В.

*старший викладач кафедри фізичного виховання
Національного технічного університету
«Харківський політехнічний інститут»
м. Харків, Україна*

Гасан Ю. М.

*викладач кафедри фізичного виховання
Національного технічного університету
«Харківський політехнічний інститут»
м. Харків, Україна*

Войда А. А.

*викладач кафедри фізичного виховання
Національного технічного університету
«Харківський політехнічний інститут»
м. Харків, Україна*

Вступ. Формування знань з фізичної культури у студентської молоді в університеті є життєво важливим. Фізична культура є складовою загальної особистої культури. Її елементи представлені в освіті, професійній діяльності, спілкуванні, рекреації та фізичному самовдосконаленні. Фізична культура впливає не тільки на фізичні здібності, але й на почуття і свідомість, психіку та інтелект, що забезпечує формування стабільних психосоціальних якостей. Розвиток фізичної культури майбутніх фахівців будь якої спеціальності є життєвою необхідністю.

Відсутність розуміння значення рухової активності для зміцнення здоров'я, недостатність знань і не сформованість позитивного відношення до фізичної культури є негативною проблемою для категорії студентів, які мають відхилення у стані здоров'я та займаються фізичним вихованням у спеціальній медичній групі.

Недостатньо вивчені матеріали становлення фізичної культури студентів спеціальної медичної групи в процесі засвоєння ними цього виду культури через навчання дисципліни «Фізичне виховання». Тому актуальною та важливою є тема засвоєння необхідних знань з фізичної культури у процесі навчання студентів спеціальної медичної групи для

визначення шляхів удосконалення навчального процесу з фізичного виховання.

Відвідуючи заняття з фізичного виховання, студенти спеціальної медичної групи мають отримати міцні знання з культури рухів, виховання пози та формування правильної постави, профілактики деяких захворювань, загальної і фізичної культури людини, сформувані рухові вміння і навички, розвиватись фізично і посилити турботу про своє здоров'я.

Мета дослідження. Метою роботи є формування знань з фізичної культури серед студентів спеціальної медичної групи. Було виявлено рівень обізнаності серед студентів спеціальної медичної групи щодо фізичної культури. Розроблені та експериментально перевірені педагогічні умови формування знань з фізичної культури серед студентів спеціальної медичної групи, надані рекомендації щодо подальшого підвищення рівня знань з фізичної культури для викладачів та студентів спеціальної медичної групи.

Результати дослідження та їх обговорення. Визначення рівня знань у студентів спеціальної медичної групи проводилося у рамках констатувального експерименту, яким були охоплені студенти НТУ «ХПІ» загалом 200 студентів 1 – 3 курсів навчання у весняному семестрі 2021 року.

Констатувальний експеримент здійснювався за допомогою застосування таких методів: опитування, тестування, ранжування, педагогічного спостереження.

Узагальнення результатів за всіма напрямками констатувального експерименту дало змогу виявити рівень знань з фізичної культури у студентів експериментальної групи. Студенти мають поверхові знання стосовно раціонального харчування та сучасних систем фізичних вправ. Більшість опитуваних вагались відповісти які основні засоби фізичного виховання. Частіше всього інформацію про фізичну культуру та спорт вони отримують з сайтів Інтернету або телебачення, та мало хто цікавиться науково-методичною літературою та взагалі купує книжки з цієї дисципліни.

Формуючий експеримент був спрямований на розробку та впровадження необхідних педагогічних умов задля підвищення рівня обізнаності студентів щодо фізичної культури.

Задля поширення знань у цій області було запропоновано теми рефератів, які студенти повинні здавати наприкінці семестру навчання, та отримувати за це додаткові бали. Також для підвищення обізнаності стосовно фізичної культури надані рекомендовані джерела інформації.

Розроблено лекційний курс з фізичної культури. Викладачі, враховуючи час відпочинку та рухового режиму заняття, розповідали

студентам різноманітні речі про фізичну культуру, проводили дискусії наприкінці заняття, та вели бесіди.

Контролюючий експеримент надав можливість провести повторне тестування та порівняти рівень знань з фізичної культури у студентів експериментальної групи на початку та наприкінці весняного семестру. Результати тестувань представлені на рис. 1.

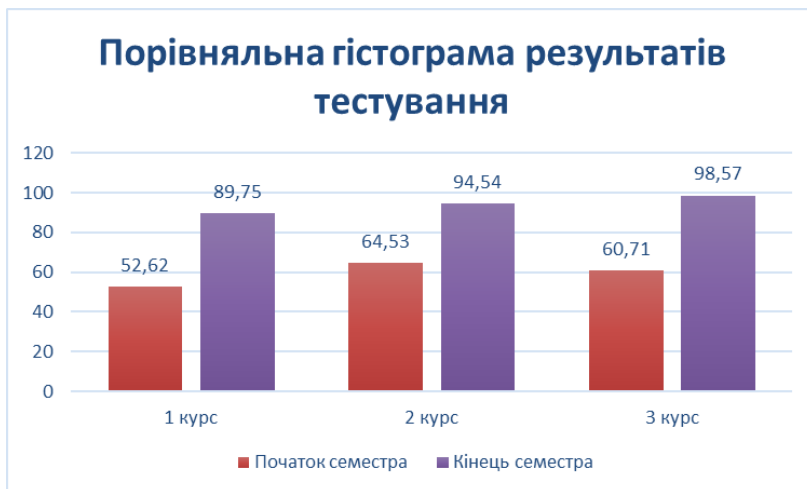


Рис. 1.

Висновки. Результати повторного тестування показують збільшення проценту вірних відповідей на запитання, що свідчить про підвищення обізнаності серед студентів спеціальної медичної групи стосовно фізичної культури та спорту. Знання з фізичної культури у студентів 3 – го курсу навчання декілька вищі за студентів 1 – го та 2 – го курсів. Якщо дотримуватися обраного напрямку набуття обізнаності з фізичної культури, по закінченні курсу навчання дисципліни фізичне виховання, студенти матимуть достатньо знань, вмінь та навиків для самостійного самовдосконалення.

Було рекомендовано застосовувати розроблені педагогічні умови підвищення знань з фізичної культури серед студентів спеціальної медичної групи на протязі трьох-річного курсу навчання.

Література:

1. Рудніцька І. Формування здорового способу життя молоді : підлітковий вік / І. Рудніцька // Психолог. – 2004. – № 13. – С. 15-25.

2. Евсеев Ю.И. Физическая культура. Серия «Учебники, учебные пособия». / Ю.И. Евсеев – Ростов н/Д: Феникс, 2002.
3. Колос В.М. Оздоровительная физическая культура учащихся и студентов: учеб. пособие / В.М. Колос. – Минск : Изд-во БГУИР, 2001. 154 с.
4. Физическая культура: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений, 2-е изд., перераб. / Под ред. В.Д. Дашиноорбоева.– Улан-Удэ: Издательство ВСГТУ, 2007. 229 с.

ВПЛИВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ НА ОРГАНІЗМ ЛЮДИНИ

Дідковський О. П.

*старший викладач кафедри фізичної культури і спорту
Дніпровського національного університету імені Олеся Гончара
м. Дніпро, Україна*

На теперішньому етапі розвитку людства ми переконуємось, що все більше виникає необхідність у фізичному вдосконаленні і культурному рівні. Багато людей не турбуються про своє здоров'я до тих пір, поки не відчують себе хворими [1].

Наукові дослідження свідчать, що здоров'я людини більш ніж на 50% визначається умовами і способом життя, тобто більша частина залежить від правильної організації рухової активності. Рухова активність є безумовною складовою життя кожної людини. Організована рухова активність в подальшому сприяє веденню здорового способу життя, що, своєю чергою, позитивно впливає на загальний рівень самопочуття; профілактику неінфекційних захворювань; зменшення впливу шкідливих звичок на організм, кількості асоціальних проявів та депресій.

Фізична культура і спорт – це саме життя! Основною метою фізичного виховання і студентського спорту є оздоровлення здобувачів вищої освіти та викладачів університету є оптимізація навчально-тренувального процесу, використання передових методів навчання та наукових досліджень. Заняття з фізичної культури і спорту сприяють розвитку здоров'я, правильному формуванню і всебічному розвитку організму, профілактиці захворювань, забезпеченню загальної і професійної прикладної фізичної підготовленості.

Фізична культура – це частина загальної культури, сукупність спеціальних духовних і матеріальних цінностей, способів їх виробництва та використання з метою оздоровлення людей і розвитку їхніх фізичних можливостей.