

Н. В. Кошар, Э. В. Вашкевич

ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОК ПЕРВОГО КУРСА ОСНОВНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ

В настоящее время привлечение студенческой молодёжи к занятиям физической культурой и спортом и ведению здорового образа жизни является актуальной проблемой в учреждениях высшего образования. Знания, полученные на занятиях по физической культуре, позволяют студентам осознать социальную значимость данной дисциплины в развитии личности, повысить уровень их физической и умственной работоспособности, а также сформировать ценностное отношение к здоровому образу жизни, развить психофизические качества, которые важны в их будущей профессиональной деятельности.

Здоровье – одна из главных жизненных ценностей, формирование которой является приоритетной в период получения высшего образования. В настоящее время наблюдается тенденция к низкой посещаемости студентами занятий по физической культуре. На отношение студентов к физической культуре влияют различные изменения, происходящие во всех сферах человеческой жизни. Поэтому так важно проанализировать побудительные силы, влияющие на процесс вовлечённости молодёжи в физкультурно-спортивную деятельность.

Цель исследования: оценить отношение студенток 1 курса основного учебного отделения к физической культуре и спорту. Для решения поставленной цели нами был проведен социологический опрос в форме анкетирования, посредством заполнения Google формы. Анкетирование проводилось в сентябре 2024 и в апреле 2025 года. В нем приняли участие 60 студенток первого курса основного учебного отделения МГЛУ.

Исходя из полученных данных, уроки физической культуры в школе посещали и занимались 65 % опрошенных; от случая к случаю – 20 %;

15 % – не посещали.

Основной причиной пропусков уроков физической культуры 70 % опрошенных указали наличие оправдательного документа; 20 % ответили, что не любили урок физической культуры, и еще 10 % дополнили вариант ответа следующим образом: «Представляли школу на различных соревнованиях».

На вопрос «Нравилась ли уроки физической культуры в школе?» 70 % опрошенных ответили утвердительно; 30 % дали отрицательный ответ и отметили скучное проведение занятия, негативное отношение к учителю, сдачу контрольных нормативов.

Респонденты отметили, что уроки физической культуры были разнообразными, познавательными, развивающими – 60 % ; 20 % оценили их как однообразными и неинтересными; остальные дополнили вариант ответа следующим образом: «Хотелось больше упражнений для коррекции фигуры».

В период обучения в школе только 45 % принимало участие в спортивных мероприятиях школы.

До поступления в университет, кроме уроков физической культуры 30 % занимались в спортивной секции; 10 % занимались самостоятельно; 40 % – посещали только уроки физической культуры в школе.

На вопрос: «Чем бы Вы хотели заниматься на занятиях по физической культуре в УВО», респонденты ответили следующим образом: 25 % – пилатес; 20 % – игровые виды спорта; 20 % – оздоровительная аэробика, степ-аэробика; 15 % – хатха-йога; 15 % – шейпинг; 5 % – плавание.

Современных студентов привлекают физические занятия, которые дают возможность выразить себя через движение, проявить артистизм и творчески импровизировать. Такие тренировки, более соответствуют тенденциям и предпочтениям студенток по сравнению с физическим воспитанием, направленным на общую физическую подготовку.

Основной целью посещения учебных занятий является получение зачета – так ответили 75 % опрошенных; для 25 % – похудеть и коррекция фигуры.

Для выявления, как изменилось отношение испытуемых к учебной дисциплине и физической культуре в целом, нами было проведено повторное анкетирование в апреле 2025 года.

После поступления в университет у 70 % первокурсников, принявших участие в опросе, отношение к физической культуре изменилось в лучшую сторону; у 10 % – изменилось в худшую сторону; 20 % – не изменилось.

Находят занятия разнообразными, познавательными, развивающими 85 % респондентов; 10 % – однообразными; 5 % – скучными.

В целом студенты удовлетворены качеством проведения учебных занятий – так ответили 90 % опрошенных.

В апреле месяце количество студентов, которые оценили свою физическую подготовленность как отличную, увеличилось на 10 %, как удовлетворительную – на 15 %, и, следовательно, число респондентов, считавших свою физическую подготовленность неудовлетворительной, снизилось на 25 %.

К концу учебного года количество студенток, которые хотели бы участвовать в спортивно-массовых мероприятиях университета, выросло на 15 %.

Основной целью посещения учебных занятий, как и в начале учебного года, является получение зачета, но появился ответ: «Укрепить здоровье» – 15 %.

Отношение студенток первого курса к занятиям по физической культуре и спорту в целом положительное, о чем свидетельствуют данные опроса. Интерес к дисциплине зависит от содержания учебно-воспитательного процесса, личности преподавателя, условий занятий и других факторов.

Физическая культура не только способствует поддержанию здоровья, но и играет важную роль в социализации и адаптации к жизни в университете.

Предлагается проводить регулярные опросы среди первокурсников, чтобы выявить, какие виды физической активности им наиболее интересны, и на основе этого вносить коррективы в программу занятий.

Организовывать ознакомительные занятия по разным видам спорта и физической активности, чтобы студенты могли попробовать себя в разных направлениях и выбрать то, что им больше всего подходит.

Знакомить студентов с протоколами результатов тестирования физической подготовленности и сравнивать их с предыдущими показателями — это поможет им увидеть свой прогресс и мотивирует к дальнейшему улучшению.

Рассказывать первокурсникам о существующих спортивных секциях, клубах и мероприятиях, чтобы они знали о возможностях для занятий спортом и могли активно участвовать в них. Целью кафедры физического воспитания и спорта является не только разнообразить и насытить студенческую жизнь эмоциями, достижениями, верой в себя, но и способствовать всестороннему развитию и формированию здорового образа жизни на долгие годы.