

УДК 378.17.032:378.4(477-25) КМА

Жуков В. О., Васько В. М.

ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ЯК СКЛАДОВА ІМІДЖУ ТА УСПІШНОЇ КАР'ЄРИ СТУДЕНТІВ НаУКМА

Стаття розкриває ставлення студентів шести факультетів НаУКМА до регулярних занять фізичною культурою та спортом і в важливих складових іміджу, що сприяють отриманню престижної роботи і допоможуть зробити успішну кар'єру.

Дедалі більше соціальний прогрес суспільства визначається такими критеріями, як зростання цінності життя, здоров'я, активного довголіття і всебічна реалізація людської індивідуальності. Людина майбутнього — це людина розумна й гуманна, допитлива і діяльна; це особистість, яка вміє насолоджуватись красою і досягла високого рівня духовної і фізичної досконалості [1, 3].

Ідея цілісності людини вже давно є однією з головних у теорії і практиці фізичної культури. Більшою мірою це пов'язано з впливом фізичних вправ одночасно як на фізичний, так і духовний розвиток людини [2, 4].

Багато авторів [1, 4, 6] зазначає, що фізичне виховання, впливаючи на біологічну сферу організму людини, особливо студентської молоді, водночас впливає і на формування її особистості. В цьому процесі вирішуються питання розумового, естетичного, морального та фізичного виховання, розвивається науковий світогляд, ідейність, внутрішня і зовнішня культура, професійні навички та ін.

Спосіб життя студентів є інтегральним показником того, які мотиви, зміст, ціннісні орієнтації, способи і форми життєдіяльності вони вважають пріоритетними і соціально значимими [2, 5].

Мета нашої статті — виявити ставлення студентів НаУКМА до регулярних занять фізичною культурою та спортом і в цілому до ведення здорового способу життя як важливих складових іміджу, що сприяють отриманню престижної роботи і допоможуть зробити успішну кар'єру [1, 5].

Для отримання об'єктивних даних ми застосували методи анкетування і співбесіди, проводили порівняльний аналіз результатів державних тестів і нормативів оцінки фізичної підготовленості студентів із загальним рейтингом за підсумками складання сесії. Всього опитано 575 студентів шести факультетів.

Результати дослідження показали, що студенти різних факультетів віддають перевагу певним видам спорту залежно від пріоритетних детермінант майбутнього ділового і професійного іміджу.

Пов'язуючи свій діловий імідж з гарною фізичною формою, більш активно спортивні секції відвідують студенти економічного факультету (1-й курс — 17,8 %, 2-й курс — 31,2 %); факультету інформаційних технологій (1-й курс — 16,9 %, 2-й курс — 31,7%) та правничого факультету (1-й курс — 22,6 %, 2-й курс — 17,6 %). При цьому вони віддають перевагу спортивним іграм та плаванню на 1-му курсі, а на 2-му і старших курсах — шахам, атлетичній і ритмічній гімнастиці. Також на цих факультетах спостерігається більш високе (на 8—10 %), ніж на інших відвідування академічних занять з фізичного виховання.

Менш активні у спорті студенти гуманітарного факультету (1-й курс — 10,3 %, 2-й курс — 15 %), факультету природничих наук (1-й курс — 12 %, 2-й курс — 10,7 %) та факультету соціології і соціальної роботи (1-й курс — 16,5 %, 2-й курс — 11 %).

Слід відмітити масовість та високу організаційну і емоційну активність студентів всіх факультетів під час проведення змагань на першість Академії з баскетболу, волейболу та міні-футболу, що є ефективним засобом залучення до регулярних занять фізичною культурою та спортом. Нами було ще раз підтверджено, що наявність у спортивних і рухливих іграх компонентів рефлексивного, пошукового та творчого мислення є одним з основних засобів формування навчальних потреб студентів.

Сумарний рейтинг тестування фізичної підготовленості та результатів сесії (100-бальна шкала оцінки) у студентів-спортсменів на 2,5 бали вище середньостатистичного значення, а на другому курсі економічного факультету позитивна різниця становить 4 бали.

Ці показники, на наш погляд, свідчать про те, що фізична культура та спорт, як і взагалі здоровий спосіб життя, є пріоритетною сферою уподобань устигаючих студентів. Однак, свідоме розуміння їх значимості в успішній кар'єрі відмічається лише у кожного 4—5-го студента.

Очевидно, що майбутня професійна діяльність сучасного студента визначає два головних аспекти, що потребують постійного удосконалення і підтримки в оптимальному режимі,— це рівень кваліфікації та стан здоров'я. Сучасний ринок праці при відносно рівній фаховій підготовці віддає перевагу тим, хто веде здоровий спосіб життя, регулярно займається фізичними вправами, менше хворіє і, відповідно, більш творчо і енергійно працює.

Наші дослідження ще раз підтвердили, що більш треновані і фізично здорові студенти зустрічають кожен день з більшим ентузіазмом і вірою у благополуччя. Вони уникають суми і одноманітності життя, бо витривалість допомагає їм підтримувати високий рівень енергії і інтерес до того, чим займаються протягом дня. Вони бадьорі та комунікабельні, рідко хворіють і легко долають психічні та фізичні труднощі. А ключ до гармонійного життя — фізична активність.

1. *Купер К.* Аэробика для хорошего самочувствия: 2-е изд.— М.: ФиС, 1989.
2. *Лубышева Л. И.* Теория и практика физической культуры.— 1996, № 1.
3. *Майерс Д.* Социальная психология: Уч. пособие — СПб; М; Х.; Минск: Питер, 1996.
4. *Матвеев А. П.* Докторская диссертация. М.,— 1997.
5. *Николаев Ю. М.* Теоретико-методологические основы физической культуры в преддверии XXI века.— СПб., 1998.
6. *Соколов Э. В.* Культурология: очерки теории культуры.— М.: Интерпракс, 1994.

Zhukov V. O., Vas'ko V. N.

PHYSICAL PREPARATION AS COMPOUND IMAGE AND SUCCESSFUL CAREER OF THE STUDENTS NaUKMA

This article opens the attitude of the students of six faculties NaUKMA to regular occupations by physical culture and sports, and as a whole to conducting a healthy way of life as important compound image, that will accompany in reception of prestigious work and will help to make successful career.