

значущості фізичної культури в структурі здорового способу життя, укріпленню здоров'я, функціональному та руховому удосконаленню, перетворенню понять та прагнень у характер поведінки, внутрішні, дійові, керуючі вчинки.

Література:

1. Мухін В.М. Фізична реабілітація; Київ; Олімп. літ. 2000
2. Данченко И. П.; «Физическое воспитание студентов»; М.: МГУ; 1990
3. Булич Э.Г., Муравов И.В.; «Здоровье человека»; Киев: Олимп. лит, 2003.

НОВІ ПІДХОДИ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОГО НАВЧАЛЬНОГО ВІДДІЛЕННЯ НАУКМА

Зеленюк О.В., Лахманюк Т.В.

Національний університет „Києво-Могилянська академія”

Актуальність. Фізичне виховання займає чільне місце у мегасистемі підготовки висококваліфікованих фахівців, як навчальна дисципліна, спрямована на формування у студентів засад здорового способу життя та відповідального ставлення до власного здоров'я – цієї найвищої індивідуальної і суспільної цінності. Здоров'я студентів є предметом широкого наукового обговорення і на думку багатьох дослідників має стійку тенденцію до погіршення, про що свідчить збільшення кількості студентів спеціального навчального відділення (СНВ), яка коливається у різних ВНЗ від 15 до 35 відсотків.

Метою дослідження було визначення найбільш розповсюджених нозологічних форм захворюваності студентів СНВ та пошук шляхів вдосконалення організації і методики проведення занять з навчальної дисципліни „Фізичне виховання”.

Результати досліджень. Проведена статистична обробка результатів диспансерного огляду студентів-першокурсників, які пройшли медичне обстеження в студентській поліклініці м. Києва, показала, що з 670-ти студентів близько 37% скаржилися на дискомфорт у системі травлення, при цьому 14% студентів були зараховані до СНВ як такі, що мають хронічні захворювання кишково-шлункового тракту. В цій групі найбільш розповсюдженими хворобами були: хронічний гастрит, холецистит, гастродуоденіт, виразка шлунку тощо.

Заняття з даним контингентом відбувались за спеціальною методикою, яка передбачає проведення практичних занять з використанням загально розвиваючих вправ

із невеликими фізичними навантаженнями на м'язи черевного пресу, що поперемінно чергуються зі статичними та динамічними дихальними вправами.

Крім того, кафедра фізичного виховання Києво-Могилянської академії має позитивний досвід проведення занять у СНВ на відкритому повітрі із застосуванням теренкуру (швидкої ходи за певними маршрутами). На цих маршрутах знаходилися станції відпочинку, де студенти контролювали власну частоту серцевих скорочень, визначаючи ступінь індивідуального фізичного навантаження та виконували загально розвиваючі й дихальні вправи. До того ж, кожен студент отримував індивідуальні поради щодо особливостей режиму харчування згідно з медичним анамнезом.

Як показали наші спостереження протягом навчального року, після двох триместрів занять фізичними вихованням у СНВ, за суб'єктивною оцінкою студентів було відзначено поліпшення загального самопочуття, зниження скарг на диспепсичні явища у шлунку, покращання апетиту, підвищення фізичної та розумової активності, а в 17% студентів ці зрушення були підтверджені медичним оглядом.

Висновки. Результати оцінки об'єктивних показників та суб'єктивних вражень студентів СНВ, які мають хронічні захворювання системи травлення, підтвердили позитивний вплив на загальний стан здоров'я систематичних занять фізичним вихованням за спеціальною методикою.

ВИВЧЕННЯ МОТИВАЦІЙНИХ ПОТРЕБ СТУДЕНТІВ ДО ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Іванов В.І.

Полтавський державний педагогічний університет ім. Короленка

У дослідженнях застосовувалася розроблена нами анкета для вивчення мотивів спонукання (активності) і мотивів доводу (пасивності), адже в них безпосередньо розкривається персональний сенс певної діяльності людини. В анкетуванні взяли участь більше 500 студентів різних факультетів і курсів Полтавських ВНЗ віком від 17 до 20 років, 72% - жіночої статі.

Проведені дослідження показали, що однією з основних причин, що викликає пасивне ставлення до фізичного виховання, є низька привабливість його порівняно з іншими розвагами.