

ДОСВІД ОРГАНІЗАЦІЇ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА ФОРМУВАННЯ У СТУДЕНТІВ МОТИВАЦІЙНИХ ПОТРЕБ ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Черепов О.В., М'ясоєденков К.О.

Київський національний торговельно-економічний університет

Фізичне виховання у вузі – це складний психолого-педагогічний процес, метою якого є формування фізичної культури особистості фахівця, здатного організовувати і вести здоровий спосіб життя. Фізичне виховання є єдиною навчальною дисципліною, програмний матеріал якої спрямований на навчання студентів зберігати і зміцнювати своє здоров'я, підвищувати рівень фізичної підготовленості, розвивати та удосконалювати життєво важливі рухові якості.

У теперішній час серед студентської молоді втрачені стимули для занять фізичною культурою і спортом, що обумовлено погіршенням матеріально-технічної бази кафедр, масовим залученням молоді до різних бізнес-проектів, захопленням комп'ютерною технікою, широкою пропагандою тютюну та алкоголю – все це призвело до скорочення масового спорту, - і як наслідок: ріст серцево-судинних захворювань, опорно-рухового апарату, захворювань органів зору та ін. З року в рік зростає кількість студентів, віднесених за станом здоров'я до спеціального навчального відділення.

Вирішення цієї проблеми вбачається у зміні підходів у вихованні свідомого відношення студентської молоді до власного здоров'я і фізичного гарту, зламу старих стереотипів формального ставлення до занять фізичним вихованням (обов'язкові навчальні заняття), надалі розвивати й формувати мотиви і потреби до збільшення обсягу рухової активності, надати студентам можливість вибору цілей, форм і видів рухової діяльності. Це дасть змогу студентам самостійно обрати вид спорту та планувати час занять.

На підставі досвіду роботи і отриманих позитивних результатів можна рекомендувати для впровадження у практику роботи кафедр фізичного виховання заняття по видам спорту у вільний від навчання час, відновити забуті змагання серед груп та факультетів з масових видів спорту, народних, нетрадиційних видів фізичних вправ та ігор, заохочувати студентів вести здоровий спосіб життя. Впроваджувати у практику роботи кафедр підготовку громадських інструкторів з видів спорту, які будуть не тільки помічниками в організації спортивно-масових заходів у вузі, але й активними пропагандистами здорового способу життя у студентській громаді.