

Стан розуміння студентами фізкультурно-спортивної діяльності як фактору здоров'язбереження

Тарас Бондар
Ірина Головійчук

Університет митної справи та фінансів, Дніпро, Україна

Мета: визначення стану взаємозв'язку між знаннями студентів щодо факторів збереження здоров'я людини та реальним станом їх фізкультурно-спортивної діяльності.

Матеріал і методи: у соціологічному дослідженні брали участь студенти спеціальностей "Фінанси", "Банківська справа та страхування", "Економіка", "Облік та оподаткування", "Менеджмент", "Психологія", "Право".

Результати: у процесі аналізу даних опитування встановлено, що з одного боку, більшість студентів знає про фактори збереження здоров'я та користь фізичної активності для його зміцнення. З іншого боку, лише невелика частина студентів свідомо використовує фізичні вправи для зміцнення власного організму.

Висновки: одержані під час дослідження результати засвідчили, що існує необхідність удосконалення педагогічної та організаційно-управлінської роботи щодо фізкультурно-спортивного дозвілля дітей та молоді, зокрема, їх залучення до сучасних форм активного відпочинку.

Ключові слова: фізичне виховання, здоров'я, студенти, фізична активність, організація, управління.

Вступ

Державне замовлення на виховання здорового підрастаючого покоління сформульовано в низці нормативних актів, а саме: Конституції України, Законах України "Про освіту", "Про вищу освіту", "Про фізичну культуру та спорт". Зокрема, Законом України "Про освіту" [2] та Сімейним Кодексом України [8] відповідальність за збереження здоров'я підрастаючого покоління та молоді суспільством покладається на членів родин та навчальні заклади усіх рівнів. Відтак особливої вагомості набувають можливості вказаних соціальних інститутів щодо організації фізичної активності дітей та молоді як найбільш ефективного шляху зміцнення їх здоров'я, а також формування у них фізичної культури особистості як обов'язкової умови здорового способу життя.

Результати аналізу науково-методичних джерел засвідчують наявність великої кількості досліджень з питань фізичного виховання молоді. Важливими у контексті нашого дослідження є методологічні засади педагогічної теорії, наукові підходи до фізичного виховання як провідного компоненту здорового способу життя, формування у підрастаючого покоління ціннісного ставлення до власного здоров'я (Л. Іванова [3], Т. Круцевич [4; 5], Б. Шиян [11]). Низка сучасних наукових досліджень присвячена висвітленню окремих положень фізичного виховання як важливої складової виховного процесу (Ю. Васьков [1], В. Лозова [6], Г. Троцько [6]).

Дуже важливими, з нашої точки зору, є висновки досліджень Л. Лубишевої [7], В. Сутули [9; 10] щодо механізмів формування фізичної культури особистості людини. Вказані автори зазначали, що активна участь людини у фізкультурно-спортивних заняттях ґрунтується на сформованій у неї потребі у різноманітній руховій активності.

Водночас, у науковій літературі не визначено шляхів подолання протиріччя між значенням фізичної активності у процесі формування і зміцнення здоров'я молоді та низьким рівнем стану організаційно-управлінської роботи

щодо залучення студентів до фізичного виховання та новітніх форм організації рекреаційно-оздоровчої діяльності, особливо поза межами навчальної роботи.

Відтак виникає необхідність у з'ясуванні наявності взаємозв'язку між знаннями студентами щодо факторів збереження здоров'я людини та реальним станом їх фізкультурно-спортивної діяльності, чим й зумовлена **мета цього дослідження**.

Матеріал і методи дослідження

У травні 2019 року авторами було проведено соціологічне дослідження серед студентів 1–4 курсів Університету митної справи та фінансів 6 спеціальностей щодо здоров'язбереження та організації їх дозвілля. У процесі опитування застосовувалася анкета закритого типу. Результати узагальнювалися у табл. Усього в опитуванні взяло участь 599 майбутніх спеціалістів у галузі економіки, фінансів, права та психології. Помилка вибірки становить 2,5% при 95% вірогідності результатів анкетування.

Результати дослідження

З аналізу представлених у табл. 1 матеріалів витікає, що переважна більшість студентів (88,1%) вважає важливим збереження здоров'я. У розрізі факультетів відмічаємо, що найнижчий відсоток студентів (80,7%), які так вважають, навчаються за спеціальністю "Психологія", а найвищий (92,2%) – за напрямом "Економіка". При цьому опитані студенти мають думку, що найвагомим фактором щодо здоров'язбереження здоров'я є відсутність у людини шкідливих звичок (38,2%), далі (за значущістю) – здорове та раціональне харчування, оптимальний режим рухової активності, оптимальний режим навчання та відпочинку, активне дозвілля у рекреаційних зонах. Однак, не зважаючи на те, що серед студентів домінує думка, що одним з головних факторів збереження здоров'я людини є відсутність шкідливих звичок, лише 61,4% (у середньо-

Ставлення студентів до факторів здоров'язбереження

Напрямки опитування	Фінанси, банківська справа та страхування	Економіка	Облік та оподаткування	Менеджмент	Психологія	Право	Усереднені
	n=100	n=98	n=101	n=103	n=97	n=100	n=599
<i>Найбільш значущі фактори збереження здоров'я</i>							
Здорове харчування	33,1	28,2	35,8	29,1	29,6	26,9	30,5
Режим праці (навчання) та відпочинку	30,1	28,2	29,5	41,7	27,4	18,8	29,3
Оптимальний режим фізичної активності	36,2	20,9	30,6	27,2	22,4	43,8	30,2
Відсутність шкідливих звичок;	37,7	41,8	39,3	35	30	45,6	38,2
Активний відпочинок у рекреаційних зонах	23,1	12,7	16,8	8,7	15,2	15	15,3
<i>Визначають важливість здоров'язбереження</i>	86,2	90,9	87,9	92,2	80,7	90,6	88,1
<i>Дозвільна сфера студентів</i>							
Друзі	61,5	46,4	60,1	57,3	38,1	56,3	53,3
Розважальні заклади (дискотека, клуб, кав'ярні тощо)	27,7	17,3	24,9	23,3	23,8	19,4	22,7
Телебачення	16,9	17,3	16,8	11,7	15,7	16,3	15,8
Інтернет	24,6	26,4	30,1	32	15,3	23,8	25,4
Комп'ютерні ігри	6,2	2,7	9,2	4,9	6,7	8,8	6,4
Фізкультурно-оздоровчі заклади (спортивна секція, фітнес-клуб, басейн, аквапарк, танцювальні колективи тощо)	13,1	16,4	15,6	22,3	14,8	34,4	19,4
<i>Відсутність шкідливих звичок</i>	71,5	66,4	53,2	60,2	49,8	67,5	61,4
<i>Наявність шкідливих звичок</i>							
Паління	5,4	11,8	21,4	16,5	20,2	14,4	15
Вживання алкоголю (слабоалкогольні напої, пиво)	10	10,9	23,7	16,5	19,7	18,1	16,5
Вживання алкоголю (міцні алкогольні напої – горілка, коньяк)	1,5	3,6	4	9,7	3,1	2,5	4,1
Вживання алкоголю (алкогольні напої – вино, шампанське)	8,5	9	19,7	9,7	11,2	7,5	10,9
<i>Бажають брати участь у фізично активному дозвіллі</i>	81,5	86,4	78,3	76,7	69,5	93,8	81
<i>Участь у спортивній роботі</i>							
Заняття професійним спортом	1,5	9	3,5	1	2,2	21,3	6,4
Відвідання спортивної секції	10,8	16,4	6,9	9,7	12,1	34,4	15,1
Виключно на заняттях фізичного виховання ВНЗ	73,8	44,5	62,4	51,5	48	30,6	51,8
Відвідання тренажерного залу на території ВНЗ	3,9	6,4	4	2,9	4,9	11,3	5,6
Відвідання тренажерний зал, чи спортивну секцію поза межами ВНЗ	10	12,7	8,1	14,6	10,8	22,5	13,1
Не беруть участь у фізкультурно-спортивних заняттях	14,6	14,5	16,2	27,2	16,6	3,1	15,4
<i>Найбільш вагомні мотиваційні чинники для студентів щодо занять з фізичного виховання</i>							
Оцінка	35,4	33,6	29,5	26,2	30,9	20	29,3
Зміст заняття	9,2	10	13,9	24,3	12,1	23,1	15,4
Результат тестування розвитку фізичних якостей	6,2	2,7	5,8	29,1	4,9	12,5	10,2
Бажання рухатися	20,8	17,3	18,5	21,4	14,8	30,6	20,6
Бажання отримати емоційне задоволення	28,5	20	42,8	27,2	23,8	23,1	27,6
Позитивний вплив фізичної активності на власне здоров'я	38,5	30,9	27,8	35,9	24,2	46,9	34
<i>Мотиваційні чинники щодо занять фізичними вправами у вільний час</i>							
Бажання бути здоровим (у тому числі позбавлення хронічної хвороби)	43,1	36,4	49,1	39,8	30	49,4	41,3
Бажання мати красиву (атлетичну) статуру	57,7	39,1	47,4	49,5	36,3	38,8	44,8
Фінансові мотиви	7,7	0,9	5,8	-	3,1	8,8	5,3
Бажання побачити світ	7,7	5,5	5,8	4,6	6,3	13,8	7,3
Це модно	1,5	3,6	6,9	-	5,4	3,8	4,2
Бажання самоствердитися серед однолітків	4,6	1,8	2,3	1	2,2	6,9	3,1
За примусом батьків або педагогів (у тому числі навчання)	2,3	6,4	3,5	4,9	5,8	1,3	4
Бажання вдосконалювати власний організм	29,2	27,3	27,2	42,7	29,6	42,5	33,1
<i>Причини, що заважають фізично активному дозвіллі</i>							
Не вистачає часу	81,5	74,6	74,6	65	58,7	55,6	68,3
Вважають, що спорт - даремне заняття	0,8	1,8	2,3	1	1,8	0,6	1,4
Відсутність умов у ВНЗ для заняття спортом	8,5	8,2	6,9	4,9	9,4	16,9	9,1
Відсутність інформації про те, де в ВНЗ можна займатися спортом	6,2	9	8	12,6	10,3	13,1	9,9
<i>Беруть участі у громадському спортивному житті ВНЗ</i>	20,8	15,5	38,2	30,1	22	50,6	29,5
<i>Бажають брати участь у громадському спортивному житті ВНЗ</i>	30	14,6	39,9	14,6	25,1	61,9	31

му) їх не мають. При цьому 15% студентів палять, 16,5% – вживають слабоалкогольні напої та 10,4% – вино.

Майже для усіх опитаних студентів (крім спеціальностей "Облік та оподаткування" та "Право") не є значущим такий важливий фактор зміцнення здоров'я людини та профілактики захворювань, як фізична активність. Про це засвідчують результати подальшого аналізу соціологічного опитування. Так, дозволяючи студенти проводять у спілкуванні з друзями (53,3%), замість занять у спортивних секціях, фітнес-клубах, басейнах, танцювальних колективах, басейнах та аквапарках.

Організують активне власне дозволяють лише 19,4% студентів, та ставлять такий спосіб проведення вільного часу лише на четверте місце, а студенти спеціальностей "Фінанси, банківська справа та страхування" та "Психологія" взагалі на п'яте місце у своїх пріоритетах, відповідно 13,1%, 16,4%, 15,6%, 14,8%, і лише майбутні правознавці – на друге (34,4%). Переважна більшість (68,3%) студентів виправдовуються тим, що у них немає часу на фізичну культуру та спорт. При цьому найбільше таких студентів навчаються на спеціальностях "Фінанси, банківська справа та страхування" – 81,5%, "Економіка" – 74,6%, "Облік та оподаткування" – 74,6%. Відтак, для більшої частки студентів (51,8%) заняття з фізичного виховання у навчальний час є єдиним способом організації рухової діяльності. Найбільше таких студентів на спеціальностях "Фінанси, банківська справа та страхування" (73,8%) та "Облік та оподаткування" (62,4%), найменше – "Право" (30,6%).

Найбільш вагомими мотиваційними чинниками щодо відвідування навчальних занять з фізичного виховання майбутні фінансисти, економісти, правознавці та психологи вказують розуміння позитивного впливу фізичних вправ на власне здоров'я (у середньому 34%), можливість отримати позитивну оцінку (у середньому 29,3%), а також можливість отримати емоційне задоволення від занять (у середньому 27,6%).

Подальший аналіз матеріалів соціологічного опитування підтвердив вказане протиріччя. Так, основними мотивами, які спонукають до позааудиторних занять фізичними вправами (рекреаційно-оздоровчої діяльності) та спортом, респонденти вказали бажання мати гарну статуру (44,8%), здоров'я (41,3%) та бажання покращити стан організму (33,1%). Інші варіанти відповідей не є значущими. При цьому вказана тенденція характерна для більшості напрямків підготовки фахівців, крім спеціальностей "Облік та оподаткування" та "Право". Студенти вказаних спеціальностей надважливим чинником мотивації до занять фізичними вправами та спортом у позааудиторний час вважають позитивний вплив таких занять на здоров'я

людини, відповідно 49,1% та 49,4%.

Отже, наявне протиріччя – з однієї сторони, більшість студентів знає про користь фізичних вправ для збереження здоров'я, з іншого боку – лише невелика частина їх добровільно використовує для зміцнення власного організму. Це може бути пов'язане як зі змістом навчальних програм щодо формування світогляду та діяльнісного ставлення до фізичної культури на усіх ступенях освіти, так й недосконалістю менеджменту фізкультурно-спортивної роботи з населенням.

Наявне протиріччя знаходить своє підтвердження і у відповідях студентів щодо участі у самоврядуванні фізкультурно-спортивної діяльності у навчальному закладі. Так, у середньому лише 29,5% респондентів беруть участь у різноманітній громадській діяльності (комісії студентських рад, суддівство, організація та проведення змагань, робота фізкультурно-спортивного клубу тощо), пов'язаній з фізичною культурою. Найбільше таких студентів навчаються за спеціальностями "Облік та оподаткування" (38,2%) та "Право" (50,6%), найменше – "Економіка" (15,5%) та "Менеджмент" (22%). Аналогічна ситуація склалася і відносно бажання студентів брати участь у такій громадській діяльності – у середньому лише 31%. Найбільше бажаючих брати у ній участь навчаються також на спеціальностях "Облік та оподаткування" (39,9%) та "Право" (61,9%).

Висновки / Дискусія

Результати проведеного соціологічного дослідження засвідчили, що у студентській молоді певною мірою не сформовано здоров'язберезувальної компетенції. Зокрема, за наявності теоретичних знань, мотивація студентів щодо активних фізкультурно-спортивних занять та активної участі у громадській діяльності оздоровчого спрямування знаходиться на низькому рівні.

Більшість студентів не пов'язують власне дозволяють з фізичними вправами, хоча сучасний ринок рекреаційно-оздоровчих та розважальних послуг має багатий вибір форм активного відпочинку, що мають основні ознаки фізкультурно-оздоровчої, а інколи й спортивної діяльності.

Одержані результати дозволяють припустити або недосконалість навчальних програм для середньої та вищої шкіл, або недостатній рівень організаційно-управлінської роботи щодо фізкультурно-спортивного дозволяють дітей та молоді. Відтак виникає необхідність подальших розвідок у цьому напрямку, що визначає **перспективи майбутніх досліджень**.

Конфлікт інтересів. Автори заявляють, що немає конфлікту інтересів, який може сприйматись таким, що може завдати шкоди неупередженості статті.

Джерела фінансування. Ця стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної організації.

Список посилань

1. Васьков, Ю.В. (2013), *Теоретичні і методичні засади навчання фізичної культури учнів основної школи: автореф. дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.02*, Нац. пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова, Київ.
2. ВРУ (2017), Закон України "Про освіту", режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19>.
3. Іванова, Л.І. Омельчук, О.В. (2018), "Окремі питання оптимізації нормативно-правової бази для підвищення ефективності фізичного виховання школярів", *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*, Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, Вип. 3К (97), С. 228-231.
4. Круцевич, Т.Ю. (2008), *Теорія і методика фізичного виховання*, Т.2, Олімпійська література, Київ.

5. Круцевич, Т.Ю. (2012), "К вопросу об эффективности системы физического воспитания в общеобразовательных школах Украины", *Спортивный вестник Приднпров'я*, № 1, С. 239-243.
6. Лозова, В.І., Троцько, Г.В. (2002), *Теоретичні основи навчання і виховання*, Вид. 2-е, ОВС, Харків.
7. Лубышева, Л.И. (2016), *Социология физической культуры и спорта*, 4-е изд., Academia, Москва.
8. ВРУ (2002), "Сімейний Кодекс України", режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2947-14>.
9. Сутула, В.О. (2012), *Теоретико-методичні засади формування фізичної культури особистості в умовах цілісної соціально-педагогічної системи: дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.07*, Харківська державна академія фізичної культури, Харків.
10. Сутула, В., Шутеев, В., Луценко, Л., Колісниченко, А., Ісправнікова, В., Дейнеко, А., Бодренкова, І. (2017), "Особенности влияния занятий спортом на личность студентов", *Слобожанський науково-спортивний вестник*, № 1(57), С. 100-105.
11. Шиян, Б.М., Папуша, В.Г. (2000), *Теорія фізичного виховання*, Збруч, Тернопіль.

Стаття надійшла до редакції: 19.07.2019 р.
Опубліковано: 31.08.2019 р.

Аннотация. Тарас Бондарь, Ирина Головиичук. Состояние понимание студентами физкультурно-спортивной деятельности как фактора здоровьесбережения. **Цель:** определение взаимосвязи между знаниями студентов относительно факторов сохранения здоровья человека и реальным состоянием их физкультурно-спортивной деятельности. **Материал и методы:** в социологическом исследовании принимали участие студенты специальностей "Финансы", "Банковское дело и страхование", "Экономика", "Учет и налогообложение", "Менеджмент", "Психология", "Право". **Результаты:** в процессе анализа данных опроса установлено, что с одной стороны большинство студентов знает о факторах сохранения здоровья и пользе физической активности для его укрепления. С другой стороны, лишь небольшая часть студентов осознанно использует физические упражнения для укрепления собственного организма. **Выводы:** полученные в ходе исследования результаты показали, что существует необходимость совершенствования педагогической и организационно-управленческой работы в направлении физкультурно-спортивного досуга детей и молодежи, в частности их привлечения к современным формам активного отдыха.

Abstract. Taras Bondar & Iryna Holoviichuk. Students' understanding of physical culture and sports as a factor of health protection. **Purpose:** determination of the state of the relationship between students' knowledge on the factors of maintaining human health and the real state of their physical culture and sports activities. **Material & Methods:** students from the specialties "Finance", "Banking and Insurance", "Economics", "Accounting and Taxation", "Management", "Psychology", "Law" took part in a sociological study. **Results:** in the process of analyzing the survey data it was found that on the one hand, most students are aware of the factors of maintaining health and the benefits of physical activity to strengthen it. On the other hand, only a small part of students consciously use physical exercises to strengthen their own body. **Conclusions:** the results obtained during the study showed that there is a need to improve pedagogical and organizational work on physical culture and sports leisure for children and youth, in particular, their involvement in modern forms of outdoor activities.

Keywords: physical education, health, students, physical activity, organization, management.

References

1. Vaskov, Yu.V. (2013), *Teoretychni i metodychni zasady navchannia fizychnoi kultury uchniv osnovnoi shkoly: avtoref. dys. d-ra ped. nauk* [Theoretical and methodological foundations of physical education teaching of primary school students: Dr. of Sciences thesis abstract], Nat. ped. them. M.P. Dragomanov, Kyiv. (in Ukr.)
2. VRU (2017), Law of Ukraine "On Education", available at: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19>. (in Ukr.)
3. Ivanova, L.I. & Omelchuk, O.V. (2018), "Separate issues of optimization of the legal framework for improving the efficiency of physical education of students", *Naukovy chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Seriya 15 : Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport)*, Iss. 3K (97), pp. 228-231. (in Ukr.)
4. Kutsevich, T. (2008), *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia* [Theory and Methods of Physical Education], Vol.2, Olympic Literature, Kiev. (in Ukr.)
5. Kutsevich, T. (2012), "On the Effectiveness of the Physical Education System in Secondary Schools of Ukraine", *Sportywni visnyk Prydniprovia*, No. 1, pp. 239-243. (in Russ.)
6. Lozova, V.I. & Trotsko, G.V. (2002), *Teoretychni osnovy navchannia i vykhovannia* [Theoretical Foundations of Learning and Education], OVC, Kharkiv. (in Ukr.)
7. Lubyshva, L.I. (2016), *Sotsyolohiya fizycheskoi kultury i sporta* [Sociology of Physical Education and Sport], Academia, Moscow. (in Russ.)
8. VRU (2002), The Family Code of Ukraine (2002), available at: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2947-14>. (in Ukr.)
9. Sutula, V.O. (2012), *Teoretyko-metodychni zasady formuvannia fizychnoi kultury osobystosti v umovakh tsilisnoi sotsialno-pedahohichnoi systemy: dys. ... d-ra ped. nauk* [Theoretical and methodological foundations of formation of physical culture of personality in the conditions of holistic social-pedagogical system: Dr. of Sciences diss.], Kharkiv State Academy of Physical Culture, Kharkiv. (in Ukr.)
10. Sutula, V., Shuteev, V., Lutsenko, L., Kolisnichenko, A., Ispravnikov, V., Deyneko, A. & Bodrenkova, I. (2017), "Features of the influence of sports on the personality of students", *Slobozans'kij naukovo-sportivnij visnik*, No. 1 (57), pp. 100-105. (in Ukr.)
11. Shiyani, B.M. & Papusha, V.G. (2000), *Teoriia fizychnoho vykhovannia* [Theory of physical education], Zbruch, Ternopil. (in Ukr.)

Received: 19.07.2019.
Published: 31.08.2019.

Відомості про авторів / Information about the Authors

Бондар Тарас Сергійович: к. фіз. вих.; Університет митної справи та фінансів: вулиця Володимира Вернадського, 2/4, Дніпро, Дніпропетровська область, 49000, Україна.

Бондарь Тарас Сергеевич: к. физ. восп.; Университет таможенного дела и финансов: улица Владимира Вернадского, 2/4, Днепр, Днепропетровская область, 49000, Украина.

Taras Bondar: PhD (Physical Education and Sport); University of Customs and Finance: 2/4 Volodymyr Vernadsky Street, Dnipro, Dnepropetrovsk Region, 49000, Ukraine.

ORCID.ORG/0000-0002-1389-6614

E-mail: tsbondar@gmail.com

Головійчук Ірина Миколиївна: к. фіз. вих.; Університет митної справи та фінансів: вулиця Володимира Вернадського, 2/4, Дніпро, Дніпропетровська область, 49000, Україна.

Головійчук Ирина Николаевна: к. физ. восп.; Университет таможенного дела и финансов: улица Владимира Вернадского, 2/4, Днепр, Днепропетровская область, 49000, Украина.

Iryna Holoviichuk: PhD (Physical Education and Sport); University of Customs and Finance: 2/4 Volodymyr Vernadsky Street, Dnipro, Dnepropetrovsk Region, 49000, Ukraine.

ORCID.ORG/0000-0001-9259-8203

E-mail: irinaucf@gmail.com