

Міністерство освіти і науки України
Управління молоді та спорту Сумської обласної державної адміністрації
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Сумський державний університет
Тираспольський державний університет імені Т. Г. Шевченка (Молдова)



**ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ В СИСТЕМІ
ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ ФАХІВЦІВ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ**

ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ
ІІ МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-МЕТОДИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
(Україна, Суми, 16–17 квітня 2015 року)

Суми
Сумський державний університет
2015

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И СПОРТ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ

Смолякова И. Д., к.пед.н., доц.,

Загурский А. М., ст. преп.,

Обидейко Е. К., ст. преп.,

Одесский национальный политехнический университет

s.i.d.od@land.ru

Роль физического воспитания и особенно спорта в формировании здорового образа жизни (ЗОЖ) и здоровья студентов подтверждается нашими специальными исследованиями.

Опрос большой группы студентов-спортсменов Одесского политехнического университета (ОНПУ), занимающихся легкой атлетикой, единоборствами (боксом, борьбой, карате, фехтованием) и футболом показал, что среди них, по сравнению с другими респондентами, существенно больше (на 18-25 %) лиц, обладающих навыками рационального труда, питания, психогигиены, закаливания, и существенно меньше тех, кто подвержен вредным привычкам. Они меньше болеют, более работоспособны, у них выше уровень здоровья и физической готовности к будущей профессиональной деятельности.

Практика постановки физического воспитания и спорта в вузах показывает, что ее успехи во многом зависят от того, насколько учитываются физкультурные и спортивные интересы студентов.

В проведенных нами исследованиях установлено, что сегодня нашу студенческую молодежь по-настоящему увлекают более 30 традиционных и нетрадиционных систем физических упражнений и видов спорта.

До 40 % студентов заявляют, что их интересуют любые системы и виды спорта, способствующие укреплению

здоровья, разносторонней физической подготовке к будущей профессиональной деятельности, популярные среди молодежи.

При этом абсолютное большинство студентов заявляют, что они не готовы к платным занятиям своим физическим совершенствованием.

Свою двигательную активность и физическое совершенствование до 60 % респондентов связывает с личным осознанием их роли в своей жизнедеятельности и будущей профессиональной работе, созданием культа физического совершенства в студенческом коллективе, с заказом работодателей на физическую надежность специалистов, с наличием в вузе современной спортивной базы, с профессионализмом педагогов, руководящих физическим воспитанием.

Основываясь на личном опыте студентов, были выяснены и наиболее действенные мероприятия, мотивирующие использование в их среде компонентов ЗОЖ.

Для решения этой проблемы от 30 до 60 % опрошенных респондентов предложили:

- широко пропагандировать ЗОЖ и его компоненты на лекциях, в беседах врачей студенческой поликлиники и профилактория, на занятиях гуманитарными дисциплинами, в многотиражной газете, на сайте вуза, на факультетских стендах;
- регулярно проводить на факультетах Дни и конкурсы здоровья с пропагандой здорового образа жизни.

В общей сложности студентами было названо около 100 мероприятий, способствующих широкому внедрению ЗОЖ в их среде.

Подобные обобщенные предложения студентов, согласно внедряемых на современном этапе вузовского образования принципов педагогики сотрудничества, должны являться информационной базой для разработки в каждом вузе реальных программ формирования здорового образа жизни и здоровья студентов.