

ОРГАНІЗАЦІЙНО-МОТИВАЦІЙНІ ЧИННИКИ ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Бугайчук Н.Б.

Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

У статті розглядаються організаційно-мотиваційні аспекти оздоровчо-рекреаційної діяльності студентської молоді.

Ключові слова: здоров'я, студентська молодь, оздоровчо-рекреаційна діяльність.

Вступ. Сучасне життя і високий темп розвитку суспільства пред'являють підвищені вимоги до здоров'я людини. Однак, і сама людина, і суспільство в цілому не приділяють належної уваги цій проблемі, яка вимагає розповсюдження нових підходів у системі управління здоров'ям населення та висуває цінності фізичної культури на науково обґрунтовані позиції найбільш надійних способів попередження руйнування балансу біосоціальної природи людини. Розбудова України на демократичних засадах вимагає переходу до нового типу гуманістично-інноваційної освіти, покликаної забезпечити всебічне зростання і розкриття культурного, інтелектуального, духовного потенціалу особистості педагога.

Постановка проблеми. Розробка та впровадження оздоровчо-рекреаційних технологій у навчальний процес вищих закладів освіти набуває актуальності через зниження здоров'я людей, особливо молоді і студентів: все це належить до першочергових проблем державної політики на сучасному етапі. Безперечно, здоров'я людини — багатство всієї нації. Від його стану багато в чому залежить перебіг і ефективність виробничих процесів, стосунків між людьми, особливо в малому колективі та сім'ї, духовний стан суспільства, його політичний та соціокультурний розвиток. Деякі вчені делегують цю проблему переважно медичним закладам і установам, службам охорони здоров'я, розглядають її як суто галузеву. Між тим, стан здоров'я людей є показником досконалості, розвиненості й перспективності соціальної системи як такої, переваг (чи прорахунків) її економічної стратегії, культурної політики, політичної системи. А це означає, що проблема здоров'я має яскраво виражений політичний і культурно-ідеологічний аспекти, які потребують дослідження і висвітлення на сторінках педагогічної літератури.

Ряд учених у своїх роботах звертають увагу на необхідність кардинальної перебудови навчального процесу в навчальних закладах, впровадження інноваційних технологій, покращення спортивно-масової роботи, урізноманітнення підходів щодо організації оздоровчо-рекреаційної діяльності в системі навчання студентської молоді.

Мета дослідження — визначити і проаналізувати організаційно-мотиваційні чинники оздоровчо-рекреаційної діяльності студентів.

Виклад основного матеріалу. Умови, які створюються у вищому навчальному закладі, повинні бути направлені на досягнення високого рівня оздоровчої свідомості студентів, при якому виникає потяг до самоосвіти, самовиховання, самовдосконалення, що в кінцевому рахунку призводить до розуміння здоров'я як цінності і виникнення почуття відповідальності за його стан.

В останні роки збільшення інтенсивності навчального процесу у вищих закладах освіти (ВЗО) та зниження обсягу рухової активності студентів негативно позначаються на показниках їхнього фізичного стану. Тісний взаємозв'язок між фізичним вихованням, добовою руховою

активністю і здоров'ям молоді підтверджені роботами багатьох вітчизняних і зарубіжних учених, хоча у матеріалах їхніх розробок є багато протиріч. Визначені фактори, що впливають на підтримку рухової активності студентської молоді: раціональний добовий режим; правильне чергування праці і відпочинку, фізичної і розумової роботи; різноманітність засобів і форм фізичного виховання, гігієнічних норм; наявність гігієнічних навичок; правильний спосіб життя родини, а також навантаження у вузі або вдома; умови занять [1;3].

Оздоровчо-рекреаційна діяльність — це одна із частин життя кожної людини. Вона спрямована на відновлення власних фізичних, емоційних, духовних якостей, витрачених у процесі життєдіяльності. Задоволення власних потреб організму у руховій активності можна вирішити саме за допомогою правильно організованої особистісно орієнтованої оздоровчо-рекреаційної діяльності.

Норма тижневої рухової активності для студентської молоді складає приблизно 12-14 годин, а на заняття з фізичного виховання у ВЗО виділяється лише 2 години на тиждень в умовах навчального дня. Проведення змагань з різних видів спорту у ВЗО не несе у собі систематичний характер, тому в таких умовах варто приділяти увагу організації власного вільного часу, який буде направлений на досягнення оздоровчого ефекту, досягненні краси, позитивних емоцій, зміни діяльності [2].

Слід зазначити, що здорові і шкідливі звички формуються ще в дитячому та юнацькому віці і змінити їх в подальшому є доволі важким завданням. Тому велику роль у вихованні культури здоров'я дітей відіграють вчителі початкових класів, які повинні володіти високим рівнем культури здоров'я і уміти прищепити ці навички дітям.

Підготовка майбутніх фахівців педагогічної галузі повинна бути направлена не тільки на формування професійних умінь і навичок, а і на збереження і покращення власного здоров'я, мотиваційну спрямованість на оздоровчо-рекреаційну діяльність, що в подальшому позитивно впливатиме на їхню роботу з учнями у загальноосвітніх навчальних закладах.

Нами було проведено анкетування студентів третього курсу Луцького педагогічного коледжу, спрямоване на виявлення їхніх знань та умінь для планування і організації власної оздоровчо-рекреаційної діяльності. В анкетуванні прийняло участь 168 студентів, з них 153 дівчини і 15 хлопців.

Аналізом результатів анкетування було виявлено низький рівень знань студентів щодо організації власної оздоровчо-рекреаційної діяльності. Зокрема, близько 61% респондентів не розуміють сутність поняття «оздоровчо-рекреаційні технології», до 27% частково розуміють і лише 12% в повній мірі розуміють, що в собі несуть «оздоровчо-рекреаційні технології».

Подібну ситуацію ми можемо спостерігати у відповідях на інші питання. Зокрема, на запитання «Які основні чинники заважають Вам займатися додатково оздоровчою фізичною культурою після навчання?» студенти дали наступні відповіді: у 37% респондентів недостатньо часу; у 34% — недостатньо знань; 17% студентів вказали на недостатність спортивної інфраструктури для занять фізичними вправами, лише 2% не мають бажання займатися фізичними вправами у позанавчальний час. Інша частина респондентів — близько 10% займаються оздоровчою фізичною культурою в позанавчальний час (рис. 1).

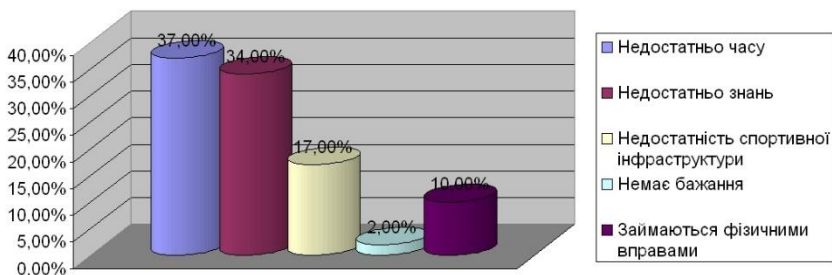


Рис. 1. Основні чинники які заважають студентам займатися додатково оздоровчою фізичною культурою після навчання

Хотілося б виокремити мотиваційні фактори, які спонукають студентів до занять фізичними вправами і те, що студенти надають перевагу активному виду відпочинку. Понад 80% респондентів хотіли б покращити власний рівень фізичної підготовленості, а основними мотивами які спонукають їх до занять фізичними вправами є: зміцнення здоров'я 45%, отримання залікової оцінки 24%, формування гарної статури 17%, спілкування з друзями 9%, покращення настрою, зняття втоми 5%.

Висновки. Аналіз результатів анкетування дозволив виявити недостатній рівень знань і умінь студентів педагогічного коледжу щодо організаційних аспектів планування власного вільного часу з використанням оздоровчої фізичної культури. Але позитивним є той факт, що більшість опитуваних хотіли б навчитися визначати рівень власного здоров'я, організувати власну оздоровчо-рекреаційну діяльність.

Література

1. Белікова Н. О. Термінологія напряму підготовки «Здоров'я людини» : [навчальний посібник] / Н. О. Белікова, Л. П. Суценко. — К. : ТОВ «Козарі», 2009. — 182 с.
2. Гунько П. М. Ставлення студентської молоді з різним рівнем фізичної підготовленості до фізкультурно-оздоровчої діяльності / П. М. Гунько // Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. — 2009. — № 6. — С. 51-55.
3. Кулік І. Г. Оздоровчо спортивна рекреація і студентська молодь / І. Г. Кулік // Вісник КрНУ імені Михайла Остроградського. — 2010. — Вип. (64.) Ч. 1. — С. 208-210.

ОСОБЛИВОСТІ СТВОРЕННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА В ОСВІТНЬОМУ ПРОСТОРІ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ

Васильєва Н.В.¹, Слободяник І.В.²

¹РНМЦ Дніпровського району м. Києва

²Середня загальноосвітня школи I-III ступенів №11, Дніпровський район м. Київ

Постановка проблеми.

Сучасне уявлення про людину полягає в тому, що виділяється кі-