

ИЗУЧЕНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ АКТИВНОСТИ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ

Г. П. Грибан, И. Ф. Чернобаб,
В. П. Краснов, А. Н. Лассиза.

Нами опробовалась программа психолого-педагогических воздействий, направленных на повышение физкультурно-спортивной активности студентов. Были проведены социологические и экспериментальные исследования, в которых приняли участие студенты первого курса шести сельскохозяйственных вузов СССР (1740 человек) и четыре экспериментальные группы по 15 человек.

Результаты социологических исследований показали, что более 65% первокурсников знают, что физическая культура положительно влияет на организм человека, но лишь 59% из них занимались физической культурой по убеждению, а 22,9 % занимались по принуждению. Регулярно самостоятельно занимались физической культурой и спортом 26,7%, а практически не занимались 73,3% сельской молодежи. Только 14,7 % постоянно участвовала в спортивно массовых и физкультурных мероприятиях и то 46,3% из них принимали участие по принуждению. Эти данные свидетельствуют о том, что более чем у половины первокурсников знания, умения и убеждения о необходимости заботиться об укреплении своего здоровья еще не стали руководством практической деятельности.

Низкий уровень социальной активности и организаторских качеств подтверждается тем, что лишь 11,6% студентов умеют и могут организовать людей на спортивно-массовые и оздоровительные мероприятия, 42,6% не обладают такими организаторскими навыками и никогда не сталкивались с этой работой. Это говорит о том, что различные формы физической культуры и спорта, ранее применяемые в работе с молодежью, их содержание и направленность мало повлияли на решение воспитательных и образовательных задач физического воспитания,

При проведении исследований в экспериментальных группах была взаимосвязана учебная и внеучебная работа по физическому воспитанию. Учебные занятия стали исходным рубежом всей последующей воспитательной и образовательной работы по физической культуре. При этом особое внимание уделялось формированию положительного, осознанного отношения к физической культуре и спорту, воспитанию организаторских качеств, овладению знаниями и умениями самостоятельных занятий.

Для активизации внеучебной деятельности в экспериментальных группах создавались ситуации, побуждающие всех студентов к активным занятиям физической культурой и спортом. Была изменена традиционная форма проведения соревнований между группами и курсами. Группы и курсы соревновались между собой не сборными командами, а тремя командами от группы и десятью от курса по волейболу, ручному мячу, баскетболу, мини-футболу, т. е. в соревнования были вовлечены практически все здоровые студенты.

Результаты проведенных исследований показали, что в экспериментальных группах, по сравнению с контрольными группами, за период эксперимента (октябрь 1986 год — июнь 1987 год) значительно увеличилось количество студентов, самостоятельно занимающихся физическими упражнениями в свободное время, соответственно 56,5% и 31,3%. Повысилась активность и желание участия в соревнованиях (72,9% против 62,7%), улучшилась успеваемость за учебный год (0,45 балла против 0,34). В экспериментальных группах выше рост результатов по физической подготовленности: в подтягивании (10,9% против 2,1%), в прыжках в длину с места (4,0% против 2,6%), в беге на 20 м с ходу (8,2% против 4,8%).

В целом результаты проведенных исследований показывают, что экспериментальные группы имеют более высокие сдвиги по большинству показателей социальной активности и физической подготовленности, т. е. предложенная программа психолого-педагогических воздействий эффективно влияет на решение воспитательных и образовательных задач в процессе физического воспитания.