

Заключение. Улучшение показателей силовой выносливости юных лыжников – гонщиков экспериментальной группы по сравнению с лыжниками контрольной группой подтверждает эффективность разработанной методики с применением с тренажерного устройства «Блок».

Список литературы:

1. Ермаков В.В. Солодухин О.Ю. Копьев Н.П. Применение тренажеров в подготовке лыжников-гонщиков и биатлонистов: Учеб. Пособ. для студентов инст-в физ. кул-ры, тренеров и спортсменов. – Смоленск : СГИФК, 1986. – 34 с.
2. Старин Ю.Л., Крапивник В.В., Усвицкий И.М. Машины дарящие здоровье. – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 80 с., ил.
3. Техническое мастерство лыжника-гонщика.- Смоленск: СГИФ, 1988 – 91 с.
4. Фомин С.К. Специальные упражнения лыжника. – Киев.: Здоровье, 1988. – 108 с.

ДИНАМИКА ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ СТУДЕНТОВ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

А.А. Маличенко

Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

В нынешнее время, время активнейшего научно-технического прогресса и серьезных социальных сдвигов в обществе, поведение человека, его жизненные и ценностные ориентации подвергаются сильному воздействию и изменениям. Это не всегда благоприятно отражается на здоровье человека и его адаптивных способностях и возможностях. Удлинение коммуникаций, увеличение времени, проводимого человеком в транспорте, ведут к недостаточной двигательной активности, организм детренируется, возникает всякого рода нервно-эмоциональные перенапряжения. Все это объединяется с неблагоприятной и все ухудшающейся экологической обстановкой и эти факторы негативно влияют на человека. Вопросам ценностных ориентаций и их мотивациям у студентов и ранее уделялось внимание в литературе [1]. Но в новых условиях многие ценности и мотивации смещаются и потому рассмотрение этих вопросов по-прежнему актуально.

Цель работы – совершенствование учебного процесса по физическому воспитанию студентов ВУЗа.

Материал и методы. Объектом нашего исследования является не смешанное общество людей, а достаточно однородная по возрасту, объединенная единой целью – получение образования, молодежная студенческая масса. И от здоровья этой общественной ячейки-студенчества, от ее развития и восприимчивости к знаниям, в значительной степени, зависит кадровое обеспечение страны, развитие ее научного потенциала.

Для изучения динамики ценностных ориентаций студентов в области физкультуры и спорта было предпринято отдельное социологическое исследование. Исследование проводилось методом выборочного опроса среди студентов 4-го курса биологического, исторического и филологического факультета. Старший курс был выбран сознательно с тем, чтобы оценить уже сформировавшееся мнение людей, практически завершающих программную физподготовку в ВУЗе. Всего за это время и по этой теме было опрошено 100 человек методом анонимного сплошного анкетирования. В опросах принимали участие преподаватели кафедры

и студенты-активисты. Данные опроса обрабатывались на компьютере с повторной выборочной проверкой точности расчетов. Поскольку масса опрошенных студентов достаточно однородна по возрасту и поставленными перед собой жизненными целями, результаты можно считать достаточно достоверными. В ряде случаев, для улучшения достоверности исследования, тот же вопрос, оставаясь тем же по смыслу, несколько переиначивался, и проводилось повторное анкетирование. Результаты сравнивались, и тем самым выяснялась достоверность получаемых ответов.

Результаты и их обсуждение. Массиву опрошенных были предложены указанные 6 вопросов с ответами на них. Нужно было выбрать один понравившийся ответ, но при желании не возбранялось указать и на 2-3 ответа. Поэтому в таблицах возможно отсутствие стопроцентной сходимости цифр. Результаты исследования и вопросы приведены в таблицах 1-6.

Таблица 1. Ответ на вопрос: «Влияют ли занятия физическими упражнениями на здоровье человека?» (в %, к общему числу опрошенных)

Ответы	Факультет		
	ФЛФ	ИФ	БФ
Да, самое активное влияние	97%	97	83%
Нет, не имеет никакого влияния	4%	—	13%
Влияет лишь как средство восстановления после болезни	—	3%	3%

Таблица 2. Ответы студентов ВГУ им. П.М. Машерова (в % к общему числу опрошенных) на вопрос: «Нужна ли Вам физическая культура?»

Ответы	ФЛФ	ИФ	БФ
1. Необходима, как активный отдых.	27%	13%	3%
2. Нужна, как средство поддержания хорошей формы здорового человека.	37%	47%	47%
3. Дает хороший физический и эмоциональный заряд.	17%	10%	18%
4. Посещали только с целью получить зачет.	13%	13%	23%
5. Не нужна! Пустая трата времени.	—	10%	—
6. Нужна, как форма досуга.	—	—	3%
7. Это возможность улучшить свою физическую форму, чему-то научиться, что-то узнать.	17%	7%	8%

Таблица 3. Ответ на вопрос (в % к общ. числу опрошенных): «Собираетесь ли Вы заниматься физической культурой в своей будущей профессиональной деятельности?»

Ответы	ИФ	ФЛФ	БФ
1. Да, и очень активно.	17%	13%	7%
2. Да, если будут условия.	20%	23%	30%
3. Да, если будет время.	33%	10%	43%
4. Нет, не буду.	23%	17%	17%
5. Хотелось бы, но, боюсь, не хватит воли себя заставить.	7%	7%	3%

Таблица 4. Ответ на вопрос (в % к общ. числу опрошенных): «Знаете ли Вы, где будете работать и есть ли там условия для занятия физической культурой?»

Ответы	ИФ	ФЛФ	БФ
1. Да	17%	20%	17%
2. Нет	57%	37%	53%
3. Не интересовались этим вопросом	21%	43%	30%

Таблица 5. Ответы на вопрос (в % к общ. числу опрошенных): «Нужны ли занятия физическими упражнениями в семейной жизни?»

Ответы	ИФ	ФЛФ	БФ
1. Да, всем членам семьи.	83%	90%	93%
2. Нет, пустая трата времени.	–	3%	–
3. Нужны, но нет условия.	17%	3%	7%
4. Нужны, но лишь детям, а не родителям	–	3%	–

Таблица 6. Ответ на вопрос: «Нужна ли Вам физическая культура?», усредненные по всему университету в % к общ. числу опрошенных.

1. Необходима, как активный отдых.	38
2. Нужна, как средство поддержания хорошей физической формы.	52
3. Посещал занятия только с целью получения зачета.	10
4. Не нужна, пустая трата времени.	–

Заключение. Из анализа таблиц видно, что в основном студенты считают что ценность физических упражнений состоит в том, что они дают возможность познать себя; осознают, что в здоровом теле здоровый дух и реализуют возможность, например, через туризм познать окружающий мир. Процент считающих, что с помощью физических упражнений можно улучшить свое тело, невелик. Однако некоторые считают их вообще ненужными. В целом можно сделать вывод, что опыт жизни молодых людей в возрасте до 20-21 лет, приобретенный ими в школе, ВУЗе и семье, говорит о том, что у большинства сложились стойкие убеждения в необходимости физических упражнений и системы ценностей, которые дают физические упражнения и культура.

Таков психологический настрой контингента студентов, с которыми начинает и ведет работу кафедра физвоспитания. И перед ней стоит задача ещё более улучшить этот настрой и добиться отличной физической формы обучающихся студентов. Задача не простая, и потому разъяснительная, воспитательная работа и пропаганда спорта, физической активности и здорового образа жизни в разных формах, должны занимать значительное место в работе кафедры.

Список литературы

1. Мартинес, Р.Д. Социальная психология и спорт / Р.Д. Мартинес – М.: Физкультура и спорт, 1979. – 168 с.