

ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ ФИЛОЛОГИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТА К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ И СПОРТОМ

Ходунькова Ю. В. (УО «МГПУ им. И. П. Шамякина»)

Научный руководитель – Ю. В. Блоцкая, преподаватель

Значение физической культуры велико для всестороннего гармоничного развития студента, для его социального и профессионального формирования. Физическая культура способствует укреплению здоровья, повышает умственную и физическую работоспособность, формирует здоровый образ жизни [1]. Одним из регуляторов, определяющих отношение к занятиям физическими упражнениями, выступают ценностные ориентации как элементы структуры личности. Исследования показывают, что интерес к физкультуре и спорту у студентов занимает большое место [2]. Для изучения отношения к занятиям физической культурой и спортом был проведен социологический опрос студентов второго курса филологического факультета спец. «Английский язык. Немецкий язык», «Немецкий язык. Английский язык». Анализ результатов показал, что, положительное отношение к физической культуре отмечают 83% опрошенных, 17% – безразлично и отрицательно. Систематически занимается всего 29% студентов, эпизодически – 71%. Одним из факторов того, что студенты не занимаются систематически физической культурой, указывается недостаток свободного времени, отсутствие хорошей спортивной базы и стоимость работы спортивных секций.

Целями занятий чаще всего выступают укрепление здоровья – 34%, улучшение фигуры – 27%, личные интересы – 17%, приобретение полезных навыков – 7%. Наиболее популярными упражнениями для самостоятельных занятий были выделены бег, спортивные игры, атлетическая гимнастика, фитнес. Перед опросом была также поставлена задача выявления видов спорта, которыми бы хотели заниматься студенты в свободное от учебы время. Оказалось, что наибольшую популярность среди девушек имеет аэробика и фитнес, а у парней – восточные единоборства и атлетизм.

Таким образом, анализ полученных данных позволяет сделать вывод, что студенты осознают значимость самостоятельных занятий физической культурой для всестороннего развития личности и укрепления здоровья.

Литература

- 1 Физическая культура: типовая программа для высших учебных заведений / сост. В. А. Коледа [и др.] – Минск: РИВШ, 2008. – 60 с.
- 2 Фурманов, А. Г., Оздоровительная физическая культура: учеб. для студентов вузов / А. Г. Фурманов, Б. М. Юспа. – Минск: Тесей, 2003. – 528 с.