

доровительной) деятельности обеспечивающих актуализацию как физического, так и личностного потенциала студентов.

Личностно-ориентированное образование приобрело за последние годы статус важнейшего

методологического принципа, новой парадигмы образования, исходя из которой, должен строиться процесс физического воспитания студентов.

Социологические науки

ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ ТЕХНИЧЕСКОГО ВУЗА К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ

**Чернышева И.В., Егорычева Е.В.,
Мусина С.В., Шлемова М.В.**

*Волжский политехнический институт
(филиал) ГОУ ВПО «Волгоградский
государственный технический
университет», Волжский,
e-mail: eleg71@mail.ru*

В наше время, научно-технической и промышленной революции за человека почти все делают машины, лишая его двигательной активности. Основная доля физических нагрузок приходится на спорт и физическую культуру. На которые у нас как всегда нет возможности, времени, сил, желания и т.д. Отсюда и слабое здоровье, и вялость, и болезни, и ожирение и остальные недуги. Также на состояние здоровья человека оказывает влияние экологическая обстановка в месте его проживания, качество питания и наличие благоприятных природных условий. В районе с экологическими проблемами первостепенный характер носит забота о здоровье населения. Формирование здорового образа жизни зависит только от нас самих, наших предпочтений, убеждений и мировоззрений.

Целью нашего исследования стало определение и обоснование потребности у студентов в здоровом образе жизни и его формировании средствами физической культуры.

Объектом исследования были выбраны две группы студентов второго и третьего курса.

Гипотеза: если выявить влияние физической культуры и спорта (ФК и С) на формирование здорового образа жизни, то можно будет дать практические рекомендации по повышению мотивации к соблюдению здорового образа жизни.

В исследовании принимало участие 50 человек, из них 30 юношей и 20 девушек в возрасте от 19 до 22 лет. Для проведения исследования была составлена анкета, в которой мы просили студентов охарактеризовать свое отношение к физической культуре и спорту.

Анализ анкеты показал отношение респондентов к физической культуре и спорту. Так для снятия усталости 57% респондентов предпочитают слушать музыки; 43% – занятия физкультурой и спортом. Вопрос: «Каково ваше отношение к занятиям физкультурой и спортом» характеризуется тем, что 40% респондентов считают необходимым заниматься ФК и С; 35% – считают необходимым, но, по их мнению, нет условий; 15% – считают, что систематически заниматься не могут из-за несобранности и лени; 10% – не видят необходимости в занятиях физкультурой. Анализ вопроса: «Если бы у вас было больше свободного времени, стали бы вы чаще посещать спортивные мероприятия и принимать в них участие» показал, что практически все респонденты (70%) стали бы чаще посещать спортивные мероприятия, а 30% – затрудняются ответить. На вопрос, который конкретизирует отношение респондентов к ФК и С 68% опрошенных ответили, что уделяют занятиям ФК и С примерно 4–10 часов в неделю, а 32% – не посещали спортивные секции и не выполняли утреннюю зарядку. На вопрос: «Занимаюсь ФК и С, потому что эти занятия помогают...» (можно сделать несколько выборов) респонденты ответили, что занимаются ФК и С для того, чтобы: 90% – улучшить своё физическое развитие; из них – 60% – овладеть спортивными умениями и навыками; 30% – укрепить свои волевые качества. Ту же суть раскрывает нам и вопрос: «Занимаюсь ФК и С, так как хочу устранить...» (можно сделать несколько выборов) – 71% занимаются, чтобы устранить изъяны своей конституции; 22% – чтобы устранить неустойчивость к болезням и 7% – чтобы устранить эмоциональную неустойчивость.

Проведя данное исследование, мы выявили отношение студентов к занятиям физической культурой и спортом. Объективно рассуждая, можно сделать вывод, что отношение к занятиям физической культурой и спортом и собственно к своему здоровью находится на довольно-таки высоком уровне. Понимая, что единственный способ вести красивую и полноценную жизнь, быть сильным, здоровым и, конечно же, счастливым можно только занимаясь физической культурой и спортом, большинство испытуемых уделяют этому большое значение.