

**Місце національних видів єдиноборств
в ієрархії фізкультурно-спортивних інтересів студентів**

Косинський Е. О.

**Приватний вищий навчальний заклад
«Академія рекреаційних технологій і права»**

Актуальність. Традиційна організація занять фізичного виховання у закладах вищої освіти недостатньо відповідають сучасним вимогам підготовки особистості, яка має високий рівень здоров'я, необхідну фізкультурну освіту й фізичну підготовленість. Результати досліджень багатьох вчених [1; 3] свідчать про підвищення ефективності занять фізичним вихованням, якщо при його організації враховується зацікавленість студентів до певного виду спортивної діяльності.

У дослідженнях О.В. Котової та А.О. Вавілюк показана популярність видів фітнесу різних спрямувань: види аеробіки (степаеробіка, базова аеробіка, фанк-аеробіка) – 60%; танцювальні напрямки фітнесу (латина, Zumba, Біллі-данс) – 8%; система Пілатеса (8%); силові види фітнесу (стренфлекс, воркаут, Кроссфіт) – 24%[2].

Тому, **метою** нашого дослідження було вивчення структури фізкультурно-спортивних інтересів студентів ПВНЗ «Академія рекреаційних технологій і права» першого року навчання.

Завдання дослідження: проаналізувати структуру зацікавленості у заняттях різними видами спорту студентів першого курсу.

Матеріали та методи дослідження: аналіз і узагальнення літературних джерел, анкетування.

Результати. З метою вивчення ставлення студентів до змісту навчального процесу з фізичного виховання у ПВНЗ «Академія рекреаційних технологій і права» було проведено анкетування. В анонімному анкетуванні взяло участь 355 студентів першого курсу різних спеціальностей з них 205 дівчат і 105 юнаків.

Для виявлення структури зацікавленості у заняттях різними видами спорту було запропоновано відповісти на запитання: «Якщо Вас приваблює заняття одним видом спорту, то яким саме? (пронумерувати у порядку зростання інтересу від 1 до 10)». Пропонувались десять варіантів відповідей: 1) волейбол, 2) баскетбол, 3) футбол, 4) легка атлетика, 5) плавання, 6) настільний теніс, 7) шейпінг, 8) атлетична гімнастика, 9) національні єдиноборства, 10) загальна фізична підготовка.

По видах спорту серед загальної маси респондентів отримали наступні дані: національні єдиноборства високий рівень зацікавленості показали 45,86 %, середній рівень – 36,7 %, низький рівень – 17,44 %, шейпінг – високий рівень зацікавленості – 39,45 %, середній рівень – 24,76 %, низький рівень – 35,79 %, атлетична гімнастика – високий рівень зацікавленості – 33,94 %, середній рівень – 29,35 %, низький рівень – 36,71 %, плавання – високий рівень зацікавленості – 32,11 %, середній рівень – 41,29 %, низький рівень – 26,60 %,

футбол – високий рівень зацікавленості – 30,28 %, середній рівень – 38,53 %, низький рівень – 31,19 %, загальна фізична підготовка – високий рівень зацікавленості – 29,35 %, середній рівень – 40,36 %, низький рівень – 30,29 %, настільний теніс – високий рівень зацікавленості – 23,85 %, середній рівень – 50,48 %, низький рівень – 25,67 %, баскетбол – високий рівень зацікавленості – 22,02 %, середній рівень – 48,62 %, низький рівень – 29,36 %, волейбол – високий рівень зацікавленості – 20,18 %, середній рівень – 38,56 %, низький рівень – 41,26 %, легка атлетика – високий рівень зацікавленості – 16,51 % середній рівень – 55,96 %, низький рівень – 27,53 %.

Проаналізувавши результати опитування всередині статевих груп, виявлено наступну структуру фізкультурно-спортивних інтересів серед дівчат, а саме: шейпінг – високий рівень зацікавленості вказали – 62,12 %, середній рівень – 24,25 %, низький рівень – 13,63 %; національні єдиноборства – високий рівень інтересу – 42,43 % середній рівень – 33,34 %, низький рівень – 24,23 %; плавання – високий рівень зацікавленості – 33,34 %, середній рівень – 37,88 %, низький рівень – 28,78 %; атлетична гімнастика – високий рівень – 33,34 %, середній рівень – 28,80 %, низький рівень – 37,86 %; загальна фізична підготовка – високий рівень – 28,79 %, середній рівень – 42,43 %, низький рівень – 28,78 %; настільний теніс – високий рівень – 27,28 %, середній рівень – 48,49 %, низький рівень – 24,23 %; футбол – високий рівень зацікавленості – 19,70 %, середній рівень – 43,95 %, низький рівень – 36,88 %; баскетбол – високий рівень інтересу – 16,68 %, середній рівень – 53,04 %, низький рівень – 30,28 %; легка атлетика – високий рівень зацікавленості – 15,15 %, середній рівень – 53,04 %, низький рівень – 31,81 %; волейбол – високий рівень – 13,64 % середній рівень – 34,58 %, низький рівень – 51,78 % опитаних.

Отримані дані щодо інтересів серед хлопців наступні: національні єдиноборства – високий рівень зацікавленості вказали 51,16 %, середній рівень – 41,86 %, низький рівень – 6,98 %; футбол – високий рівень – 46,50 %, середній рівень – 30,23 %, низький рівень – 23,27 %; атлетична гімнастика – високий рівень – 34,89 %, середній рівень – 30,24 %, низький рівень – 34,87 %; плавання – високий рівень – 30,26 %, середній рівень – 46,51 %, низький рівень – 23,23 %; волейбол – високий рівень інтересу – 30,24 %, середній рівень – 44,18 %, низький рівень – 25,58 %; баскетбол – високий рівень – 30,23 %, середній рівень – 41,87 %, низький рівень – 27,90 %; загальна фізична підготовка – високий рівень – 30,23 %, середній рівень – 37,21 %, низький рівень – 32,56 %; легка атлетика – високий рівень – 18,61 %, середній рівень – 60,46 %, низький рівень – 29,93 %; настільний теніс – високий рівень – 18,60 %, середній рівень – 53,49 %, низький рівень – 27,91 %; шейпінг – 4,68 %. середній рівень – 25,59 %, низький рівень – 69,73 % респондентів.

Висновки.

Отже, отримані дані свідчать, що інтерес у студентів викликають національні єдиноборства, а саме серед дівчат високий рівень зацікавленості зазначили 42,43 %, середній рівень – 33,34 %, низький рівень – 24,23 % опитаних; серед хлопців високий рівень зацікавленості вказали 51,16 %, низький рівень – 6,98 %.

середній рівень – 41,86 %, низький рівень – 6,98 % респондентів. Перспективи подальших досліджень у даному напрямку полягають у впровадженні в практику фізичного виховання у ЗВО елементів національних видів єдиноборств.

Література

1. Власов Г.В. Вивчення динаміки спортивних уподобань студентів вищих медичних навчальних закладів. *Науковий вісник Донбасу*. 2011. №1. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvd_2011_1_15 (дата звернення: 19.12.2019)
2. Котова О.В., Вавілюк А.О. Використання сучасних фітнес-технологій у програмі фізичної культури в закладах вищої освіти. *Наука III тисячоліття: пошуки, проблеми, перспективи розвитку* : матеріали III Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. (Бердянськ, 25-26 квітня 2019). Бердянськ, 2019. С. 219–220.
3. Кривенцова І.В., Димар О.А., Клименченко В.Г. Нові способи організації занять з фізичного виховання студентів педагогічного ВНЗ. *Здоровье, спорт, реабилитация*. 2015. №1. С. 57–59.

Інформація про авторів:

Косинський Е.О.

старший викладач кафедри здоров'я людини та фізичної реабілітації
ПВНЗ «Академія рекреаційних технологій і права»
Луцьк, Україна
kosinskiy.edik@gmail.com,

Поступила до редакції 20.11.2019р.