

ԲԱԺԻՆ 2. ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒՆՏՈՒՐԱՅԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ ՄԱՆԿԱՎԱՐԺԱԿԱՆ ՀԻՄՆԱԽՆԴԻՐՆԵՐԸ

ՀՏԴ 796.01

DOI: 10.53068/25792997-2022.1.5-31

ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒՆՏՈՒՐԱՆ ԴԴՐՈՑԱԿԱՆՆԵՐԻ ԵՎ ՈՒՍԱՆՈՂՆԵՐԻ ԿՅԱՆՔՈՒՄ

*Դոցենտ Յու.Գ. Գրիգորյան,**մ.գ.դ., պրոֆեսոր Ա.Ա. Չափինյան*

Հայաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի
պետական ինստիտուտ, Երևան, Հայաստան

Email: yura.grioryan@sportedu.am, ashot.chatinyan@sportedu.am

Առանցքային բառեր: Ֆիզիկական կուլտուրա, դաս, երկու սեռ, դպրոցական, ուսանող, սոցիոլոգիական հարցում, առողջ ապրելակերպ:

Հետազոտության արդիականություն: Ներկայումս հանրապետությունում ընթացող սոցիալ-տնտեսական, կրթական բարեփոխումներն էլ ավելի բարձր պահանջներ են առաջադրում երեխաների և երիտասարդների առողջության, համակողմանի պատրաստության, սոցիալական և ֆիզիկական ակտիվության նկատմամբ [2,3]:

Միևնույն ժամանակ մտահոգիչ է այն հանգամանքը, որ երեխաների և երիտասարդների զգալի մասը ունեն հենաշարժողական խախտումներ, ֆիզիկական պատրաստվածության ցածր մակարդակ [1,5,10]: Ըստ Ռ. Գ. Ուզյանբաևայի [13] ուսումնասիրությունների՝ բուռն դիմորդների միայն 5% է ունեցել ֆիզիկական առողջության բարձր մակարդակ, 15%-ը

միջինից բարձր, 76% միջին և 4% միջինից ցածր, դպրոցի շրջանավարտների միայն 20% կարելի է համարել առողջ:

Ուստի, սույն աշխատանքի արդիականությունը պայմանավորված է մի շարք գործոններով՝

1. Ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի հետագա զարգացման գործընթացում առանձնակի են կարևորվում սոցիալական գործոնները:

2. Ներկայումս ազգաբնակչությանը ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտային շարժման մեջ ընդգրկելու հիմնահարցը ուղղակիորեն պայմանավորված է նրանց դիրքորոշումից, հետաքրքրություններից, դրդապատճառներից, գիտելիքների առկայությունից:

Ի վերջո, հասարակական գիտակցությունում տեղի է ունենում զգալի փոփոխություններ՝ վերագնահատվում և վերաարժևորվում է ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի դերը այսօրվա կյանքում:

Հետազոտության նպատակը, խնդիրները: Հետազոտության նպատակն է՝ ուսումնասիրել հիմնական և ավագ դպրոցի երեխաների և բուհի ուսանողների վերաբերմունքը ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի նկատմամբ:

Հետազոտության խնդիրներն են՝

1. Ուսումնասիրել հանրակրթական դպրոցի աշակերտների և բուհի ուսանողների վերաբերմունքը կազմակերպված և ինքնուրույն ֆիզկուլտուրային պարամունքների նկատմամբ:

2. Բացահայտել հանրակրթական դպրոցի երեխաների և բուհի ուսանողների շարժողական ընդունակությունների ինքնագնահատման ցուցանիշները և նրանց շարժողական կարողությունների տիրապետման աստիճանը:

3. Պարզաբանել դպրոցականների և ուսանողների ֆիզիկական զարգացման, ֆիզիկական պատրաստականության և առողջության վիճակի ինքնագնահատման կարողությունները:

4. Բացահայտել դպրոցականների և ուսանողների դիրքորոշումը առողջ ապրելակերպի վերաբերյալ:

Հետազոտության մեթոդները և կազմակերպումը: Հետազոտության մեթոդներն են՝ մասնագիտական գրականության ուսումնասիրում և վերլուծում, սոցիոլոգիական հարցում, մաթեմատիկական վիճակագրություն:

Սոցիոլոգիական հարցմանը մասնակցել են Երևան քաղաքի հիմնական և

ավագ դպրոցի 12-17 տարեկան 433 աղջիկ, 292 տղա և բուհերի 17-22 տարեկան 654 աղջիկ և 241 տղա:

Հարցաթերթի հարցերը կազմվել են բաց և փակ ձևաչափով, ինչն օժանդակեց հիմնախնդրի բազմակողմանի և խորը ուսումնասիրությանը:

Ստացված արդյունքների վերլուծություն: Մի խումբ հարցերի միջոցով հնարավոր եղավ պարզաբանել տարբեր տարիքի դպրոցականների և ուսանողների վերաբերմունքը ֆիզիկական կուլտուրայի նկատմամբ:

Անցկացրած հարցումը ցույց տվեց, որ դպրոցահասակ աղջիկների 77% հաճույքով են հաճախում ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին, իսկ ուսանող աղջիկների՝ միայն 55 %:

Եթե դպրոցահասակ տղաների 89% են հաճույքով մասնակցում ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին, ապա ուսանող տղաների՝ միայն 53%:

Գոհացուցիչ է այն հանգամանքը, որ հանրակրթական դպրոցի տղաների 58% և աղջիկների 59% ցանկանում են, որ շաբաթվա ընթացքում ֆիզկուլտուրային դասերը կազմակերպվեն ամեն օր: Սակայն հետազոտության արդյունքում նկատվեց հետևյալ միտումը՝ տարիքի բարձրացման հետ մեկտեղ նվազում է երկու սեռի դպրոցականների ցանկությունը հաճախակի ունենալ ֆիզկուլտուրային դասեր: Նույն հարցի պարզաբանումը ուսանողների մոտ, ցույց տվեց, որ ինչպես տղաները, այնպես էլ աղջիկները

գերադասում են շաբաթական մասնակցել ֆիզկուլտուրային երկու դասի:

Հարցաթերթում առանձնակի ուշադրություն է դարձվել հարցվողների ինքնուրույն ֆիզկուլտուրային պարապմունքներին:

Հարցումը ցույց տվեց, որ հանրակրթական դպրոցի 12-17 տարեկան տղաների միջինը 40%-ն է կատարում առավոտյան հիգիենիկ մարմնամարզություն, իսկ աղջիկների՝ 32%: Ուսանողների շրջանում տղաների և աղջիկների ընդամենը 18% է կատարում առավոտյան մարմնամարզություն: Անհանգստացնող է այն հանգամանքը, որ առավոտյան մարմնամարզությունը, լինելով կազմակերպական առումով ամենամատչելին, այնուամենայնիվ պատանիների և երիտասարդների մոտ լայնորեն չի կիրառվում: Կարելի է ենթադրել, որ իրենց շարժողական ակտիվության պահանջը նրանք պետք է լրացնեին սեկցիոն պարապմունքներում, բնակավայրերում կազմակերպվող խաղերում, ինչպես նաև մանկապատանեկան մարզադպրոցների պարապմունքների ընթացքում: Սակայն պարզվեց, որ հարցվողների մեծամասնությունը չեն հաճախում դպրոց (71%), կամ բուհում (85%) գործող սեկցիոն պարապմունքներին, չեն ընդգրկվել մարզադպրոցի խմբերում: Նրանք նախապատվությունը տալիս են բնակավայրերում ինքնուրույն կազմակերպվող մարզախաղերին:

Խիստ անհանգստացնում է այն հանգամանքը, որ ներկա ժամանակաշրջանում ուսումնասիրված տարիքային խմբերի տղաների և աղջիկների ինքնուրույն շարժողական ակտիվությունը բավականին ցածր է: Կարելի է ենթադրել, որ ինչպես հիմնական և ավագ դպրոցի աշակերտները, այնպես էլ բուհի ուսանողները գերադասում են հիմնականում մասնակցել ուսումնական հաստատություններում կազմակերպվող ֆիզկուլտուրային դասերին, և ցանկանում են սահմանափակվել շաբաթական ֆիզկուլտուրայի երեք դասով, իսկ բուհում՝ 2 ժամով:

Հետևաբար, առաջարկվում է կատարելագործել ուսումնական հաստատություններում կազմակերպվող մարզական-մասսայական աշխատանքների ձևերը՝ նպատակ ունենալով բավարարել ֆիզիկական ակտիվության անհրաժեշտ պահանջը:

Ուսումնասիրված հարցերի արդյունքների վերլուծության դինամիկան ցույց է տալիս հետևյալ հստակ պատկերը՝ տարիքի ավելացմանը գրեթե զուգահեռ փոխվում է տղաների և աղջիկների վերաբերմունքը ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի նկատմամբ: Այսպես, եթե մինչ 14 տարեկան դպրոցականների արտադպրոցական ֆիզկուլտուրային ակտիվությունը նվազում է աստիճանաբար, ապա 14-17 տարեկանում՝ կտրուկ: 17-18 ուսանողների մոտ բարելավվում է վերաբերմունքը ֆիզկուլտուրայի և սպորտի

նկատմամբ, սակայն այն չի պահպանվում տարիքային մյուս խմբերում:

Մեր կարծիքով այդ երևույթը պայմանավորված է բուհական ընդունելության քննություններին դպրոցականների նախապատրաստման ծավալուն աշխատանքով, որը շատ ժամանակ է պահանջում: Մինչդեռ, օպտիմալ ֆիզիկական ակտիվությունը մի կողմից կնպաստեր ընդունելության քննություններին ավելի լավ նախապատրաստվելուն, ապա մյուս կողմից լիարժեք կպատրաստեր նրանց գալիք զինվորական ծառայությանը:

Աշխատանքի խնդիրներից մեկն էր՝ բացահայտել 12-22 տարեկան տղաների և աղջիկների շարժողական պատրաստականության և տեսական գիտելիքների ինքնագնահատման կարողությունները: Այս խնդրի կարևորությունը հիմնավորվում է Լ. Ի. Մնացականյանի [11] այն կարծիքով, որ հանրակրթական դպրոցի շրջանավարտների մեծամասնության մոտ բացակայում է ինքնագնահատման կարողությունը, կամ այն չափազանց թերի է զարգացած: Երիտասարդների նկատմամբ նույն կարծիքն է արտահայտել նաև Ա. Չ. Նիկիֆորովը [12]: Հարցվողների պատասխաններից պարզ դարձավ, որ դպրոցահասակ տղաները և աղջիկները հիմնականում բարձր և միջին գնահատական են տալիս իրենց հիմնական յոթ շարժողական ընդունակության վերաբերյալ՝ արագաշարժություն, դիմացկունություն, ճարպկություն, ճկունությո-

յուն, ցատկունակություն, ուժ, կոորդինացիա: Նրանցից ընդամենը 5%-ն է ցածր գնահատում վերոհիշյալ շարժողական ընդունակությունները: Ինչ վերաբերվում է ուսանողներին, ապա բոլոր տարիքային խմբերում, իրենց շարժողական ընդունակությունների զարգացման մակարդակը նրանք գնահատում են միջին: Հետազոտության արդյունքները ցույց են տալիս, որ տարիքի աճին զուգահեռ միաժամանակ բարձրանում է նաև ինքնագնահատման կարողությունը: Այսպես՝ 17-22 տարեկան ուսանողների մոտ ավելի ճիշտ է արտացոլվում սեփական շարժողական ընդունակությունների զարգացվածության իրական պատկերը: Հավանական է դա պայմանավորված է այն հանգամանքով, որ յուրաքանչյուր ուսումնական տարում բոլոր ուսանողները հանձնում են ֆիզիկական պատրաստության նորմատիվները և դրա հիման վրա ունենում են սեփական շարժողական պատրաստվածության իրական պատկեր:

Բացահայտվել է նաև, որ որոշ շարժողական ընդունակությունների առումով՝ արագաշարժություն (14,15,16,17,19,21 տարեկան), ուժ (13,15,17,19,20 տարեկան), դիմացկունություն (16,17 տարեկան) նկատվում է տղաների և աղջիկների ինքնագնահատման նմանություն:

Ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի բնագավառի մասնագետները՝ տեսաբանները, պրակտիկ գործիչները [4,6-9] կարևորում են ազգաբնակչության տեսական գիտելիքների նշանակությունը

նրանց ֆիզկուլտուրային շարժման մեջ ընդգրկելու, ինքնուրույն ֆիզկուլտուրայով զբաղվելու հարցերը, ֆիզկուլտուրային կրթությունն ապահովելու համար:

Հետազոտության արդյունքում պարզվեց, որ հարցվողների մեծամասնությունը՝ 84%-ը, համարում են, որ ունեն բավարար գիտելիքներ՝ գնահատելու սեփական առողջական վիճակը, ֆիզիկական զարգացումը և ֆիզիկական պատրաստվածությունը: Բացառություն են կազմում 20-21 տարեկան ուսանող տղաները, որոնց համատասխանաբար 44 և 36 % են նշել, որ իրենց տեսական գիտելիքները բավարար չեն՝ հետևելու սեփական ֆիզիկական զարգացմանը:

Բոլոր տարիքային խմբերի հարցվողները հիմնականում լավ և բավարար գնահատական են տալիս սեփական ֆիզիկական զարգացման մակարդակին, իսկ ֆիզիկական պատրաստվածության մակարդակը նրանք գնահատում են միջին:

Այսպիսով՝ կարելի է նշել, որ գրեթե բոլոր տարիքային խմբերում ընդգրկված ռեսպոնդենտները գերազնահատում են ինչպես սեփական շարժողական ընդունակությունների զարգացման մակարդակը, այնպես էլ տեսական գիտելիքները, որոնք հնարավորություն են տալիս հետևել և գնահատել ֆիզիկական զարգացման, ֆիզիկական պատրաստվածության և առողջական վիճակին: Երևույթի պատճառը կայանում է նրանում, որ դպրոցականները և ուսանողները չեն

ստանում անհրաժեշտ տեսական գիտելիքներ և կարողություններ:

Հետազոտության արդյունքների վերլուծությունը ցույց է տալիս նաև, որ բոլոր տարիքային խմբերում տղաների և աղջիկների չնչին տոկոսն են համարում, որ իրենց շարժողական ընդունակությունները թույլ են զարգացած: Չնայած այն հանգամանքին, որ Հայաստանի Հանրապետության և ԱՊՀ-ի երկրների ֆիզկուլտուրայի բնագավառի շատ մասնագետների կողմից բազմիցս նշվում է, որ վերջին տասը տարիների ընթացքում զգալի նվազել է դպրոցականների և ուսանողների ֆիզիկական պատրաստվածության մակարդակը:

Մյուս խումբ հարցերի միջոցով հնարավոր եղավ բացահայտել դպրոցականների և ուսանողների հոգնածության դրսևորումը՝ դասերից հետո և նրանց վերաբերմունքը վնասակար սովորությունների նկատմամբ:

Հանրահայտ է, որ ուսումնական գործընթացի արդյունավետությունը մեծապես պայմանավորված է ուսուցանվողների կարողությամբ՝ երկարատև և նպատակաուղղված զբաղվել մտավոր գործունեությամբ, ինչպես նաև ֆիզիկական աշխատունակությամբ և այլն:

Հարցվողների ֆիզիկական, մտավոր, հոգեկան հոգնածության ուսումնասիրումը բացահայտեց, որ դպրոցական տարիքի տղաները և աղջիկները ուսումնական դասերից հետո զգում են հիմնա-

կանում մտավոր հոգնածություն (տղաները 58, աղջիկները 54 %): Նրանց հակառակ՝ ուսանող տղաների և աղջիկների մեծամասնությունը հարցին պատասխանելիս ավելի շատ նշեցին ֆիզիկական հոգնածությունը (68 %): Դպրոցական և ուսանողական ուսումնառության տարիների հոգնածության տարբեր դրսևորումների գերակշռումը հավանաբար պայմանավորված է մի շարք հանգամանքներով: Եթե դպրոցականները հիմնականում սովորում են իրենց բնակավայրին մոտ գտնվող դպրոցներում, ապա ուսանողները հաճախում են բուհ, որը կարող է գտնվել իրենց բնակավայրից հեռու, նույնիսկ՝ այլ քաղաքում: Ըստ մեզ, այդ երևույթի հիմնավոր պատճառը բուհ ընդունվողների ցածր ֆիզիկական պատրաստվածությունն է:

Ակնհայտ է, որ առողջ ապրելակերպ վարելու գրավականն է բացասական վերաբերմունքը վնասակար սովորություններին, որոնց թվին են դասվում ոգելից խմիչքների և առավելապես ծխախոտի օգտագործումը:

Հետազոտության արդյունքները ցույց են տալիս, որ 12-21 տարեկան տղաների մոտ տարիքի ավելացմանը զուգահեռ մեծանում է ծխախոտ օգտագործողների քանակը: Այսպես, եթե 12 տարեկանում տղաների ընդամենը 2 % հաճախ ծխախոտ օգտագործում, ապա 21 տարեկանում ծխողները ավելանում են մինչև 37 %: Սակայն այդ միտումը չի նկատվում աղջիկների մոտ: Ըստ մեզ՝

աղջիկների այդպիսի վերաբերմունքը ծխախոտին պայմանավորված է ազգային ավանդույթների պահպանմամբ:

Հարցման ընթացքում պարզվեց նաև, որ տղաների մոտ տարեցտարի ավելանում է ակոհոլ երբեմն օգտագործողների քանակը: Այսպես՝ եթե 12 տարեկան տղաների 46 % երբեմն օգտագործում էր ոգելից խմիչքներ, ապա 20 տարեկանում նրանց թիվը գրեթե կրկնապատկվում է՝ հասնելով 82%: Նույն հարցի պատասխանների ուսումնասիրումը աղջիկների շրջանում բացահայտեց, որ հաճախ ակոհոլ օգտագործողների քանակը նրանցում կազմում է 5%: Մեր կարծիքով պատասխաններից ստացվեցին այնպիսի տվյալներ, որոնք չեն տալիս այս երևույթի իրական պատկերը: Այսպես, եթե 12 տարեկան աղջիկների 65% ընդհանրապես չի օգտագործել ոգելից խմիչքներ, ապա 21 տարեկանների մոտ նրանց թիվը հասնում է 81 %: Դա չի արտացոլում այս երևույթի իրական պատկերը, քանզի սպասարկման ոլորտի բուռն զարգացումը, ինչպես նաև գովազդի ծավալների ավելացումը նպաստում է երիտասարդների ակտիվ մասնակցությանը տարբեր տեսակի հավաքույթներին, երեկույթներին և նման այլ միջոցառումներին, որտեղ հաճախ օգտագործվում է ոգելից խմիչքներ:

Եզրակացություն: Հետազոտության արդյունքում բացահայտվեց, որ դպրոցահասակ և ուսանող աղջիկների 77% և 55% հաճույքով են հաճախում ֆիզիկական կուլտուրայի դասերին:

Տղաների առումով պատկերը հետևյալն է՝ 89% և 53% համապատասխան: Տարիքի ավելացմանը գրեթե զուգահեռ վատթարանում է տղաների և աղջիկների վերաբերմունքը ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի նկատմամբ, ինչը դրսևորվում է արտադպրոցական ֆիզկուլտուրային ակտիվության նվազման թվերում:

Հարցումը ցույց տվեց, որ 12-17 տարեկան դպրոցահասակ տղաների միայն 40% է կատարում առավոտյան հիգիենիկ մարմնամարզություն, իսկ աղջիկների՝

32%: Ուսանողների շրջանում տղաների և աղջիկների ընդամենը միայն 18% է կատարում առավոտյան մարմնամարզություն:

Ինչ վերաբերում է ինքնագնահատման կարողություններին, ապա բացահայտվել է, որ գրեթե բոլոր տարիքային խմբերում ընդգրկված ռեսպոնդենտները գերագնահատում են ինչպես սեփական շարժողական ընդունակությունների զարգացման մակարդակը, այնպես էլ տեսական գիտելիքները:

■ ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1. Մինասյան Ա.Մ., Ադամյան Ծ.Ի., Առողջագիտություն, Դասագիրք բարձրագույն ուսումնական հաստատությունների համար, Երևան. ԵՊՀ հրատ, 2008, 376 էջ:
2. Սամվելյան Լ., Պետրոսյան Գ. Ա, Թումանյան Հ. Գ., Գրիգորյան Ա. Ա, Ֆիզիկական դաստիարակության ծրագիր բուհերի համար, Երևան, 2004, 52 էջ:
3. Գրիգորյան Յու.Գ., Մինասյան Հ.Ա., Ֆիզիկական կուլտուրայի առարկայի չափորոշիչներ և ծրագիր, Երևան, 2007, 139 էջ:
4. Абалян А.Г., Окуньков Ю.В. и др., Исследование влияния на потребительское поведение населения мотивирующих и сдерживающих факторов к занятиям физической культурой и спортом в Российской Федерации. - М: Издательство РГСУ, ВНИИФК. 2021 -226 с.
5. Гаськов А.В., Павлов А.Е., Марковец И.В. и др, Исследование влияния физического воспитания на здоровье и уровень заболеваемости детей 3-10 лет // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка, 2000. - № 2. с.41-44.
6. Кронников Н.Д., Личностно-ориентированный подход в физическом воспитании школьников // Науч. альманах. 2015. № 11-2 (13). с. 214-217
7. Куцаев В.В., Самостоятельность и активность школьников через самопознание и самосовершенствование учителей // Физическая культура в школе, 2018. - № 2. с.14-20.

8. Лукьяненко В.П., Муханова Н.В., Базовые понятия процесса формирования познавательной активности средствами физической культуры // Физическая культура в школе, 2018. - № 9. с. 37-41.
9. Лубышева Л.И., К концепции физкультурного воспитания студентов // Теория и практика физической культуры, 1993. - № 5-6. - с.15-18.
10. Михайлов Л.А., Воспитание культуры здоровья как аспект модернизации образования / Л. Михайлов, Л. Борисова // Стандарты и мониторинг в образовании. - 2006.- №6. - с. 56.
11. Мнацаканян Л.И., Личность и оценочные способности старшеклассников: Книга для учителя . – М.: Просвещение -1976. – 64 с.
12. Никифоров Г.С. Сакомонтроль человека.-Л.:Издательство ленинградского университета, 1989. – 192 с.
13. Узянбаева Р.Г., Комплексный подход к формированию культуры здоровья студентов // Теория и практика физической культуры, 2007. - № 7. с. 49-51.

PHYSICAL EDUCATION IN THE LIFE OF SCHOOLCHILDREN AND STUDENTS

Associate Professor Yu. G. Grigoryan,

Doctor of Pedagogical Sciences, Professor A. A. Chatinyan

Armenian State Institute of Physical Culture
and Sport, Yerevan, Armenia

SUMMARY

Key words: physical culture, lesson, two sexes, schoolchild, student, sociological survey, healthy lifestyle.

Research aim. To study the attitude of high school children and university students towards physical culture and sports.

Research methods and organization. Research methods: study and analysis of professional literature sources, sociological survey, mathematical statistics.

433 girls aged 12-17 and 292 boys from basic and high schools and 654 girls and 241 boys aged 17-22 from the universities of Yerevan took part in the sociological survey.

Research results and analysis. 77% of school-age girls and only 55% of student girls enjoy attending physical education classes. 89% of school-age boys and only 53% of student boys enjoy attending physical education classes. The survey showed that an average of 40% of 12-17-year-old boys and 32% of girls in school do hygienic exercises in the morning. Only 18% of boys and girls among the students do morning exercises. The survey found that the majority of respondents (84%) believe that they have sufficient knowledge to assess their

own state of health, physical development and physical fitness. The results of the study show that in boys aged 12 to 21, the number of those who smoke increases with age. The survey showed that the number of boys using alcohol from time to time is increasing every year.

Conclusion. School-age and student girls enjoy attending physical education classes. However, with increasing age, the attitude of boys and girls towards physical education and sports is deteriorating. Only 40 and 32% of school-age boys and girls at age 12-17 do hygienic gymnastics in the morning. Among students, only 18% of boys and girls do morning exercises. Respondents in almost all age groups overestimate both the level of development of their own motor skills and theoretical knowledge.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ЖИЗНИ ШКОЛЬНИКОВ И СТУДЕНТОВ

Доцент Ю.Г. Григорян,

д.п.н., профессор А.А. Чатинян

Государственный институт физической культуры
и спорта Армении, Ереван, Армения

РЕЗЮМЕ

Ключевые слова: физическая культура, урок, два пола, школьник, студент, социологический опрос, здоровый образ жизни.

Цель исследования. Изучить отношение школьников основной, старшей школы и студентов ВУЗ-ов к физической культуре.

Методы и организация исследования. Методы исследования – изучение и анализ специальной литературы, социологический опрос, математическая статистика.

В социологическом опросе приняло участие 433 девочек и 292 мальчика 12-17-ти лет основной и старшей школы, 654 студенток и 241 студент 17-21 года различных ВУЗ-в г. Еревана.

Анализ полученных результатов. Результаты исследования показали, что 77% школьниц и 89% школьников с удовольствием участвуют на уроках физической культуры. В ВУЗ-е всего 55% студенток и 53% студентов с удовольствием участвуют на уроках физического воспитания. Утренней гигиенической гимнастикой занимаются 40% мальчиков и 32% девочек, в то время как их число среди студентов ВУЗ-ов составляет всего 18%. Было установлено, что 84% опрошенных считают, что владеют достаточными знаниями для оценки состояния собственного здоровья, физического развития и физической подготовленности. С увеличением возраста исследуемых с 12 до 21 года растет число курящих. Также установлено, что у школьников обоего пола из года в года увеличивается число изредка употребляющих алкогольные напитки.

Краткие выводы. Установлено, что как школьники и школьницы, так и студентки и студенты ВУЗ-ов с удовольствием посещают уроки физической культуры. Однако почти параллельно с увеличением возраста ухудшается отношение респондентов к физической культуре и спорту. Лишь незначительная часть школьников - 40% мальчиков и 32% девочек, выполняют утреннюю гигиеническую гимнастику. В отношении студентов картина намного хуже: лишь 18% опрошенных утром выполняют гимнастические упражнения. Почти все респонденты исследованных возрастных групп переоценивают свои теоретические знания в области физической культуры.

Հոդվածն ընդունվել է 25.01.2022-ին:

Ուղարկվել է գրախոսման՝ 26.01.2022-ին: