

УДК [796.065: 159.946.3]: 796.093 (477)

Маніло Ю.В.

Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського

АНАЛІЗ ПОКАЗНИКІВ РУХОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ФУТБОЛЬНИХ АРБІТРІВ РІЗНОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ ПІД ЧАС ПРОВЕДЕННЯ МАТЧІВ НАЦІОНАЛЬНОГО РІВНЯ НА ТЕРИТОРІЇ УКРАЇНИ

В статті подається аналіз рухової діяльності футбольних арбітрів різної кваліфікації під час проведення матчів на національному рівні. Зроблений порівняльний аналіз показників рухової діяльності футбольних арбітрів різних ліг.

Ключові слова: рухова діяльність, футбольні арбітри, футбольне поле, ходьба, прискорення, помірний біг, ривки.

Маніло Ю.В. Анализ показателей двигательной деятельности футбольных арбитров разной квалификации во время проведения матчей национального уровня на территории Украины. В статье подан анализ двигательной деятельности футбольных арбитров разной квалификации во время проведения матчей на национальном уровне. Произведен сравнительный анализ показателей двигательной деятельности футбольных арбитров разных лиг.

Ключевые слова: двигательная деятельность, футбольные арбитры, футбольное поле, ходьба, ускорение, умеренный бег, рывки.

Manilo Y.V. Analysis of indicators of motor activity of football referees different qualifications during the matches at the national level in Ukraine. The article served analysis of motor activity of football referees different qualifications during the matches at the national level. The comparative analysis of indicators of motor activity of football referees different leagues.

Key words: motor activity, football referees, football field, walking, acceleration, moderate running, jerks.

Постановка проблеми. Сучасний футбол характеризується аритмією рухів з постійною зміною напрямків, ривками, безперервним переміщенням м'яча, що потребує від учасників гри належних фізичних зусиль [2]. Без належної атлетичної підготовки неможливо обійтись і арбітру. Він повинен постійно знаходитись поблизу до ігрових моментів, щоб контролювати їх згідно з Правилами гри, попереджати можливі конфронтації, психологічно впливати на гравців [7].

Таким чином, футбольний арбітр зобов'язаний більше переміщуватись, і як правило, у високому темпі. У багатьох арбітрів проявляється зниження рухової активності під час проведення футбольних матчів, в залежності від темпу гри, граючих команд, стану футбольного поля та від фізичної підготовленості арбітра [6].

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дослідження виконано в рамках наукової теми зведеного плану НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2011-2015 рр. «Теоретико – методичні основи індивідуалізації у фізичному вихованні та спорті» (номер державної реєстрації 0112U002001).

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема підготовки футбольних арбітрів є актуальною упродовж останніх років, що підтверджується кількістю наукових праць, присвячених суддівству з футболу, зокрема в дослідженнях В.М. Шамардіна (2002), Г.А. Лисенчука (2003), О.М. Спіріна (2003), В.Д. Петрова (2007). Досліджувалися окремі аспекти діяльності футбольних арбітрів в працях В.Г. Ліпатова (2001); С.Г. Хусайнова (2002); А.П. Будогоського (2003); Є.А. Турбіна (2004); В.В. Соломонко, К.Л. Віхрова, В.С. Ашаніна (2005); М.І. Ступара (2006); А.Б. Абдули (2009).

Аналіз літератури дозволив зробити висновок про недостатньо висвітлення проблеми арбітражу в науково-методичній літературі, відсутність методики відбору, підготовки і навчання футбольних арбітрів, а також серед фахівців існують суперечливі уявлення про структуру та чинники суддівської майстерності. Тому дослідження спрямовані на розв'язання визначеної проблеми залишаються актуальними.

Мета дослідження – дослідження рухової діяльності арбітрів різної кваліфікації під час проведення матчів чемпіонату України з футболу.

Завдання дослідження:

1. Провести аналіз наукової та навчально-методичної літератури з проблеми дослідження.
2. Визначити рівень фізичної підготовленості футбольного арбітра.
3. Визначити кількісний обсяг рухової діяльності футбольних арбітрів різної кваліфікації під час проведення футбольних матчів.
4. Зробити порівняльний аналіз показників рухової діяльності футбольних арбітрів різної кваліфікації під час проведення матчів чемпіонату України серед професійних команд.

Методи та організація дослідження. У дослідженнях використовувалися такі методи: аналіз узагальнення літературних джерел, педагогічне спостереження, хронометраж рухової діяльності, відео зйомка, методи математичної статистики. Визначення показників рухової діяльності арбітрів різних ліг (ДЮФЛУ, аматорської, першої, другої та Прем'єр-ліги) під час проведення матчів чемпіонату України з футболу в 2013 році, а також порівняльна характеристика середніх показників рухової діяльності серед арбітрів різних ліг. У дослідженні брали участь футбольні арбітри Дитячо-юнацької футбольної ліги України, аматорської ліги України, другої ліги, першої ліги, Прем'єр-ліги з різних областей України, зокрема Вінницької, Хмельницької, Івано-Франківської, Київської, Тернопільської, Львівської, Донецької, Луганської, Харківської областей у кількості 16 чоловік.

Результати дослідження та їх обговорення. Для оцінки рухової діяльності кожного арбітра при проведенні матчів на національному рівні (Прем'єр-ліга, перша, друга ліги) визначалась відстань при переміщенні ходьбою, помірним бігом, прискореннями та ривками, після чого дані заносились в протокол дослідження.

Рівень фізичної підготовленості арбітрів також повинен постійно підвищуватися. Це пов'язано з тим, що на рівні високоінтенсивної ігрової діяльності арбітр зобов'язаний бути поблизу ігрових моментів (враховуючи його місцезнаходження при діагональній системі арбітражу), займаючи оптимальну позицію при прийнятті рішень. При вірному визначенні арбітром порушення Правил реакція гравців може бути різною, в залежності від відстані його розміщення до місця порушення [8]. Спостереження за діями арбітрів під час проведення ними футбольних матчів показують, що виконання суддівських обов'язків пов'язане із значною руховою активністю, яка обумовлена виключно динамічним характером самої гри. Спостереження багатьох спеціалістів показали, що арбітр виконує під час матчу приблизно однаковий обсяг рухової діяльності, що і футболісти ряду ігрових амплуа, а в деяких випадках обсяг швидкісної роботи навіть дещо вищий, ніж у центральних захисників [7].

Основними фізичними якостями, які визначають підготовленість арбітрів, являються витривалість (загальна та швидкісна), а також швидкість переміщення. В меншій мірі в руховій діяльності арбітрів проявляються такі якості як сила, швидкісно-силова підготовка, спритність та гнучкість [5].

В своєму дослідженні було визначено (у хвилинах та кількості разів) скільки арбітр стоїть під час матчу, а також наведені показники відстані, яку він долає ходьбою, помірним бігом, прискоренням та ривками. Ці дії виконуються на всьому прямокутнику футбольного поля, яке має розміри 90-120 м в довжину та 45-90 м в ширину.

При фіксації метражу рухової діяльності використовувалася розмітка футбольного поля. Перед матчем вимірювалася довжина та ширина футбольного поля, відстань між середньою лінією та лінією штрафної площі. Ці та стандартні розмітки (довжина і ширина площі воріт та штрафної площі) дали змогу визначити орієнтири, за якими визначалася його рухова діяльність. Як відзначають багато спеціалістів [1, 2, 4], обсяг переміщень під час матчу надзвичайно важливий показник, на підставі якого повинно плануватися бігове навантаження тренувань.

При контролі за ігровою ситуацією, переміщенні арбітр повинен застосовувати діагональну систему арбітражу для правильної оцінки єдиноборств при прийнятті рішень [3].

Дослідження рухової діяльності арбітрів під час проведення футбольних матчів різного рівня дали змогу визначити кількісний обсяг переміщення в метрах (середнє значення - \bar{x} , середнє

квадратичне відхилення (s), кількісні значення окремо по кожній лізі (табл.1), а також після заповнення протоколу було визначено співвідношення (%) видів рухової діяльності (табл. 1, табл. 2).

Таблиця 1

Кількісний обсяг рухової діяльності футбольних арбітрів різної кваліфікації під час проведення матчів чемпіонату України в 2013 році

| Ліга, матчі | 1 тайм, м, s (разів) | | 2 тайм, м, s (разів) | | Усього, м, s (разів) | |
|------------------------------|---------------------------|-------|---------------------------|--------|---------------------------|--------|
| | \bar{x} | s | \bar{x} | s | \bar{x} | s |
| ДЮФЛУ ($n=4$) | 103,5 | | 106 | | 209,5 | |
| | 3116,2 | 379,6 | 3306,3 | 415,9 | 6422,5 | 795,5 |
| Аматорська ліга ($n=2$) | 103 | | 103 | | 206 | |
| | 3455,0 | 513,3 | 3387,5 | 1243,3 | 6842,5 | 1756,6 |
| 2 ліга ($n=6$) | 125 | | 124,8 | | 249,8 | |
| | 3497,5 | 925,5 | 3530,8 | 856,2 | 7028,3 | 1781,7 |
| 1 ліга ($n=2$) | 125 | | 129,5 | | 254,5 | |
| | 3865 | 849,6 | 3665 | 973,4 | 7530 | 1823,0 |
| Прем'єр – ліга ($n=2$) | 142 | | 151 | | 293 | |
| | 4567,5 | 296,4 | 4725 | 389,4 | 9292,5 | 685,8 |
| Усього ($n=16$) | 119,7 | | 122,9 | | 242,6 | |
| | 3700,3 | 592,9 | 3722,9 | 779,6 | 7423,2 | 1372,5 |

В процесі матчу способи переміщення арбітрів постійно змінювалися від помірної бігу до використання прискорень та інтенсивних ривків. Дослідження рухової діяльності арбітрів різної кваліфікації говорять, що в українській Прем'єр-лізі арбітри значно переважають своїх колег з першої, другої ліги, аматорської ліги та ДЮФЛУ за результатами загального обсягу переміщення по футбольному полю.

Із наведеної таблиці видно (див. табл. 1), що в середньому за матч арбітри долають відстань 7423,2 м. Якщо розглядати середні показники арбітрів окремо за кожний тайм та матч в цілому, а також по лігам, а це є в сукупності ходьба, помірний біг, прискорення, ривки, то арбітри ДЮФЛУ та аматорської ліги менше переміщуються по футбольному полю, ніж арбітри професіональних команд (1 ліга, 2 ліга, Прем'єр-ліга). Підрахувавши всі ці види рухової діяльності, ми визначили, що арбітри ДЮФЛУ долають загальну відстань під час проведення матчу - 6422,5 \pm 795,5 м, а арбітри аматорської ліги - 6842,5 \pm 1756,6 м. Якщо проаналізувати середні показники обсягу рухової діяльності професійних команд за весь матч (1 ліга – 7530 \pm 1823,0 м та 2 ліга - 7028,3 \pm 1781,7 м), то видно, що вони також мало чим відрізняються один від одного, так як темп матчів, напруженість, рівень учасників команд та рівень фізичної підготовленості арбітрів приблизно однаковий, а ще тому, що арбітри другої ліги тільки починають свою професійну діяльність (табл. 1).

Найбільше долають відстань під час матчу арбітри Прем'єр-ліги – 9292,5 \pm 685,8 м., в яких рівень фізичної підготовленості вищий за арбітрів ДЮФЛУ, аматорів, та навіть вищий за арбітрів 1 та 2 ліги. Під час цих матчів арбітр більше рухається, застосовуючи різні способи переміщення, тому він намагається завжди бути поруч з ігровим моментом, займаючи при цьому вигідну, оптимальну позицію, а також щоб на футбольному полі менше виникали конфліктні ситуації [1, 4]. Результати досліджень показали, що в середньому за матч арбітри різних ліг долають відстань ходьбою близько 1145,9 \pm 393,0 м, помірним бігом - 4628,7 \pm 717,6 м, прискоренням - 1436,8 \pm 200,4 м., застосовуючи ривки 211,8 \pm 61,5 м (табл. 2). Співвідношення рухової діяльності арбітрів таке: ходьба склала - 15,4% від загальної відстані при переміщенні, біг в помірному темпі - 62,4%, прискорення - 19,4%, ривки - 2,8% (табл. 2, рис. 1).

Як показали дослідження, крім ходьби, помірної бігу, прискорень та ривків, арбітр також може під час матчу стояти – займати статичне положення. Це проявляється в зупинках матчу: при введенні м'яча зі стандартних положень, встановленні «стінки», проведенні заміни гравців, затримці у грі для визначення ступеня серйозності травми гравців, транспортуванні травмованих гравців з поля для надання їм медичної допомоги та при навмисному затягуванні часу матчу. Найбільше стоять під час матчу арбітри 2 ліги - 9,8 хв., арбітри аматорської та 1 ліги - 7,5 хв., ДЮФЛУ - 8,25 хв. та Прем'єр-ліги -

8,5 хв. (табл. 2).

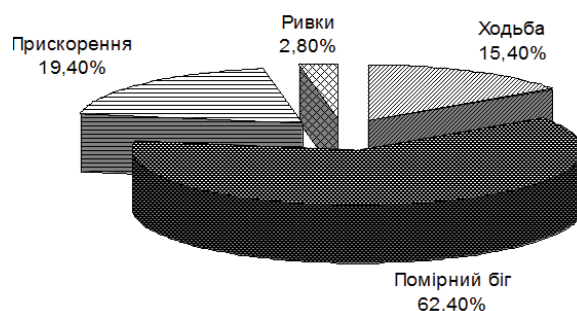


Рис.1. Структура рухової діяльності арбітрів різної кваліфікації під час проведення матчів чемпіонату України з футболу в 2013 році

Якщо аналізувати по кожній лізі, то видно, що більше застосовують ходьбу в своїй руховій діяльності арбітри ДЮФЛУ - $1336,2 \pm 260,4$ м (20,8%), найменше переміщуються ходьбою арбітри 2 ліги - $1005,8 \pm 204,4$ м (14,3%), Прем'єр-ліги - $1057,5 \pm 84,1$ м (11,4%), а також арбітри аматорської ліги $1060 \pm 929,2$ м (15,5%), порівняно з арбітрами 1 ліги $1270 \pm 486,7$ м (16,9%) (табл. 2). Одним із основних та найпоширеніших видів рухової активності арбітрів є переміщення помірним бігом. За матч футбольний арбітр долає помірним бігом відстань - $4628,7 \pm 717,6$ м (62,4%) (табл. 2).

Таблиця 2

Середні показники рухової діяльності арбітрів різної кваліфікації під час проведення матчів чемпіонату України з футболу в 2013 році

| Ліги, матчі | Рухова діяльність ($\bar{x} \pm s$) | | | | | Всього, м (разів), % від загального обсягу |
|-----------------------|---------------------------------------|--|--|---|---|--|
| | Стоїть, хв. (разів) | Ходьба, м (разів), % від загального обсягу | Помірний біг, м (разів), % від загального обсягу | Прискорення, м (разів), % від загального обсягу | Ривки, м (разів), % від загального обсягу | |
| ДЮФЛУ (n=4) | $8,2 \pm 1,5$ (19) | $1336,2 \pm 260,4$ (72,2), 20,8% | $3677,5 \pm 241,4$ (82,7), 57,3% | $1278,8 \pm 258,2$ (46,0), 19,9% | $130,0 \pm 35,5$ (8,6), 2,0% | $6422,5 \pm 795,5$ (209,5), 100% |
| Аматорська ліга (n=2) | $7,5 \pm 0,9$ (20) | $1060 \pm 929,2$ (56,5), 15,5% | $4285 \pm 654,9$ (78,5), 62,6% | $1275 \pm 150,4$ (62,5), 18,6% | $222,5 \pm 22,1$ (8,5), 3,3% | $6842,5 \pm 1756,6$ (206,0), 100% |
| 2 ліга (n=6) | $9,8 \pm 1,6$ (22,3) | $1005,8 \pm 204,4$ (83,0), 14,3% | $4453,3 \pm 1154,0$ (101,3), 63,4% | $1292,5 \pm 279,2$ (50,8), 18,4% | $276,7 \pm 144,1$ (14,7), 3,9% | $7028,3 \pm 1781,7$ (249,8), 100% |
| 1 ліга (n=2) | $7,5 \pm 2,6$ (23,5) | $1270 \pm 486,7$ (83,5), 16,9% | $4302,5 \pm 1101,8$ (94,5), 57,1% | $1750 \pm 177,0$ (65,5), 23,2% | $207,5 \pm 57,5$ (11,0), 2,8% | $7530 \pm 1823,0$ (254,5), 00% |
| Прем'єр-ліга (n=2) | $8,5 \pm 0,9$ (12) | $1057,5 \pm 84,1$ (91,0), 11,4% | $6425 \pm 415,9$ (135,0), 69,1% | $1587,5 \pm 137,2$ (53,5), 17,1% | $222,5 \pm 48,6$ (13,5), 2,4% | $9292,5 \pm 685,8$ (293,0), 00% |
| Усього (n=16) | $8,3 \pm 1,5$ (19,3) | $1145,9 \pm 393,0$ (77,2), 15,4% | $4628,7 \pm 717,6$ (98,4), 62,4% | $1436,8 \pm 200,4$ (55,7), 19,4% | $211,8 \pm 61,5$ (11,3), 2,8% | $7423,2 \pm 1372,5$ (242,6), 100% |

Дослідження показали, що найбільш інтенсивно він переміщується під час першого тайму, тому що це залежить від фізичної підготовленості арбітрів, футболістів та темпу матчу (табл. 1). Найбільше застосовують переміщення помірним бігом арбітри Прем'єр-ліги - $6425 \pm 415,9$ м (69,1% від загальної відстані), тому що в них і так великий обсяг рухової діяльності (табл. 2).

Як показали дослідження, найбільше прискорення використовують в своїй діяльності арбітри 1 ліги - $1750,0 \pm 177,0$ м (23,2% від загальної відстані) та Прем'єр-ліги - $1587,5 \pm 137,2$ м (17,1%), порівняно

з арбітрами ДЮФЛУ - $1278,8 \pm 258,2$ м (19,9%) та 2 ліги - $1292,5 \pm 279,2$ м (18,4%) (табл. 2). Найменше арбітр використовує при переміщенні по футбольному полю ривки в середньому - $211,8 \pm 61,5$ м порівняно з іншими видами рухової діяльності. Однак необхідно зауважити, що показники ривкової роботи більші у арбітрів 2 ліги - $276,7 \pm 144,1$ м (3,9%), ніж у арбітрів інших ліг (табл. 2). Діяльність футбольного арбітра носить змінний характер, в середньому $242,6$ змінюються способи переміщень протягом матчу. Арбітр проходить поперемінно $77,2$ відрізків, пробігає поперемінно в помірному темпі $98,4$ відрізків, застосовує прискорення поперемінно $55,7$ відрізків. Окрім цього арбітр виконує поперемінно $11,3$ ривків за матч. Найбільше відрізків використовують арбітри Прем'єр-ліги – $293,0$ рази, а найменше арбітри аматорської – $206,0$ разів та ДЮФЛУ – $209,5$ разів (табл. 2).

Також арбітри різних ліг під кінець гри менше використовують переміщення, які потребують прояву витривалості та швидкісних якостей, хоча це в основному стосується арбітрів другої та першої ліг. Високий рівень фізичної підготовленості арбітрів дозволить залишатися у добрій фізичній формі до кінця матчу, адже відомо, що найбільшу частину помилок арбітри припускаються за 2-3 хв. до закінчення матчу, а також в нього втрачається концентрація.

ВИСНОВКИ

1. Під час матчу було здійснено хронометраж рухової діяльності футбольного арбітра та визначені їх показники, в т. ч. скільки арбітр переміщується по футбольному полю за весь матч (окремо за 1-й та 2-й тайм): ходьбою, помірним бігом, прискореннями, ривками, а також скільки арбітр займав статичне положення, що проявлялось під час надання гравцям медичної допомоги, а також коли матч був зупинений свистком арбітра або коли м'яч знаходився не у грі.

2. Чим більше арбітр буде застосовувати під час гри такі види рухової діяльності як ходьба, помірний біг, прискорення та ривки, тим ближче він буде знаходитись до моменту порушення, тим ефективніше буде його арбітраж і зменшується ймовірність допущення помилки.

3. Результати проведених досліджень показали, що успішність суддівства, в більшій мірі, залежить від рухової активності арбітрів, що пред'являє адекватні вимоги до їх фізичної підготовленості та вмiлому використанню різних видів рухової діяльності на практиці під час проведення матчів різного рівня.

4. Якщо розглядати середні показники арбітрів окремо за кожний тайм та матч в цілому, а також по лігам, а це є в сукупності ходьба, помірний біг, прискорення, ривки, то арбітри ДЮФЛУ та аматорської ліги менше переміщуються по футбольному полю, ніж арбітри професіональних команд (1 ліга, 2 ліга, Прем'єр-ліга). Найбільше долають відстань під час матчу арбітри Прем'єр-ліги - $9292,5 \pm 685,8$ м., в яких рівень фізичної підготовленості вищий за арбітрів ДЮФЛУ, аматорів, а також за арбітрів першої та другої ліги.

5. Діяльність футбольного арбітра носить змінний характер, в середньому $242,6$ разів змінюються способи переміщень протягом матчу. Арбітр проходить поперемінно $77,2$ відрізків, пробігає поперемінно в помірному темпі $98,4$ відрізків, застосовує прискорення поперемінно $55,7$ відрізків. Окрім цього, арбітр виконує поперемінно $11,3$ ривків за матч. Найбільше таких відрізків використовують арбітри Прем'єр-ліги – $293,0$ рази, а найменше арбітри аматорської – $206,0$ разів та ДЮФЛУ – $209,5$ разів.

ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ. Подальші дослідження даної проблеми будуть спрямовані на визначення моделі підготовленості футбольного арбітра.

ЛІТЕРАТУРА

1. Абдула А.Б. Исследование двигательной деятельности арбитров в футболе / А.Б. Абдула // Педагогіка, психологія та мед.-біолог. проблеми фізичного виховання і спорту, 2007. - № 5. – С. 85-87.
2. Будогосский А.Д. Организационно-педагогические аспекты построения процесса профессиональной подготовки футбольных арбитров начальной категории: Автореф. дисс. канд. пед. наук / А.Д.Будогосский.- М., 2008.- 26 с.
3. Вихров К. Л. Компаньон футбольного арбитра / К.Л. Вихров. – К.: Федерация футбола Украины, Комби ЛТД, 2006. – 352 с.
4. Зуев В.Н. Спортивный арбитр: учебное пособие / В.Н. Зуев – М.: Советский спорт, 2004. – 394 с.

5. Петров В.Д. Физическая подготовка футбольных арбитров /В.Д. Петров, А.Б. Абдула. – Харьков, 2007. - 96 с.
6. Уилмор Дж. Физиология спорта и двигательной активности / Дж. Уилмор, Д. Костилл. – К.: Олимпийская литература, 1997. – 504 с.
7. Шаленко В.В. Підготовка арбітрів у футболі: Методичні рекомендації для студентів спеціалізації «Футбол» / В.В. Шаленко, В.І. Перевозник. - Харків: ХДАФК. - 2001. - 92 с.

УДК 378.091.12.011.3-051:796

Маринчук В. В.

Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

МОТИВАЦІЯ СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ В ПРИРОДНОМУ СЕРЕДОВИЩІ

У статті розглянуті думки вчених та науковців на рахунок мотивації у студентів педагогічних спеціальностей до занять фізичними вправами в природному середовищі та представлені результати анкетування студентів щодо їх ставлення до природного середовища. Вивчено особливості мотивації до занять фізичними вправами на свіжому повітрі студентами вищих навчальних закладів. Виявлено закономірності формування мотивів студентів до занять фізичними вправами.

Ключові слова: студенти, фізичні вправи, природне середовище, мотивація.

Маринчук В.В. Мотивация студентов педагогических специальностей к занятиям физическими упражнениями в среде. В статье рассмотрены мнения ученых и ученых на счет мотивации у студентов педагогических специальностей к занятиям физическими упражнениями в среде и представлены результаты анкетирования студентов относительно их отношения к природной среде. Изучены особенности мотивации к занятиям физическими упражнениями на свежем воздухе студентами высших учебных заведений. Выявлены закономерности формирования мотивов студентов к занятиям физическими упражнениями.

Ключевые слова: природная среда, мотивация, физические упражнения.

Marinciuc V.V. Motivating students pedagogical skills to exercise in a natural environment .The article describes the views of scientists and scholars on account of motivation in students with pedagogical qualifications to exercise in a natural environment and presents the results of a survey students about their attitudes toward the environment. The features of the motivation to exercise in the open air university students. The regularities of formation motives students to exercise.

Key words: natural environment , motivation , exercise.

Постановка проблеми. Проблема збереження і зміцнення здоров'я підростаючого покоління була і залишається однією з найважливіших проблем людського суспільства. На сьогоднішній день лише звучать заклики бути здоровим, а соціальне середовище і реальна практика свідчать про погіршення здоров'я молоді, загостренні серцево-судинних захворювань та інших хронічних та інфекційних захворювань, а також сучасний рівень урбанізації, науково-технічного прогресу, комфорту є причиною хронічного «рухового голоду».

Студентство, особливо на початковому етапі навчання, є найбільш вразливою частиною молоді, тому стикається з низкою труднощів, пов'язаних із збільшенням навчального навантаження, невисокою руховою активністю, відносною свободою студентського життя, проблемами в соціальному та міжособистісному спілкуванні. У зв'язку з цим величезну роль відіграє вивчення мотивів сучасної молоді в заняттях фізичними вправами на свіжому повітрі. Фізичне виховання молоді на сучасному етапі розвитку суспільства має відображати нові підходи до формування особистості . Фізичне виховання повинно формувати в студентства дбайливе ставлення до власного здоров'я та фізичного стану, комплексно розвивати фізичні й психічні якості, сприяти творчому використанню засобів фізичної культури в організації здорового способу життя [3].