ISSN 2029–1701 (print)
ISSN 2335–2035 (online)

Mokslinių straipsnių rinkinys
VISUOMENĖS SAUGUMAS IR VIEŠOJI TVARKA
PUBLIC SECURITY AND PUBLIC ORDER
2012 (7) Scientific articles

BŪSIMŲJŲ STATUTINIŲ PAREIGŪNIŲ POŽIŪRIO Į SPECIALŲJĮ FIZINĮ RENGIMĄ ANKETINIS TYRIMAS

Edmundas Štarevičius*

Mykolo Romerio universiteto Viešojo saugumo fakulteto Fizinio rengimo katedra
Putvinskio g. 70, LT-44211 Kaunas
Telefonas (8~37) 303652
El. paštas: edma.star@mruni.eu

Robertas Veršinskas**

Vilniaus Gedimino technikos universiteto Pramogų industrijos fakulteto Kūno kultūros katedra
Saulėtekio al. 11, LT-10223 Vilnius
Telefonas 861047146
El. paštas: robertas.versinskas@gmail.com

Santrauka. Daugelio autorių atlikti tyrimai rodo, kad studentų fizinė būklė pastaruoju metu yra nepatenkinama. Be to, daugelis jų linkę į žalingus įpročius. Santykinai didelė besimokančiųjų aukštosiose mokyklose dalis (16 –19 proc.) priskiriama specialiajai medicininei fizinio pajėgumo grupei. Šioje situacijoje ypatingas dėmesys turėtų būti skiriama studentų, ypač studenčių merginų – būsimųjų statutinių pareigūnių – fizinės saviugdos poreikiui formuoti ir motyvacijai stiprinti.

Šio darbo tikslas – įvertinti Mykolo Romerio universiteto Viešojo saugumo fakulteto studenčių požiūrį į specialųjį fizinį rengimą. Anketų metodu 2010 metais apklausta 120 būsimųjų statutinių pareigūnių.

Tyrimas atskleidė teigiamą studenčių požiūrį į specialųjį fizinį rengimą. Pagrindinis veiksnys, turėjęs teigiamos įtakos tokiam požiūriui – pasirengimas būsimai profesinei veiklai ir svarba gyvenime. Literatūros, žiniasklaidos ir tėvų įtaka nežymi. Didžioji dalis respondenčių pasižymėjo stipriu poreikiu savarankiškai fizinei saviugdai ir aukšta motyvacija. Ypatingu fizinės saviugdos kliuviniu nurodoma sporto bazių ir inventoriaus stoka.

Pagrindinės sąvokos: kūno kultūra, fizinė būklė, fizinio aktyvumo motyvacija, fizinė saviugda.

ĮVADAS

Žmogaus sveikata ir fizinė būklė didžiąja dalimi priklauso nuo paties žmogaus gyvenimo būdo. Deja, jaunimo sveikatos blogėjimo tendencijas rodo ir mūsų šalyje, ir svetur atlikti moksliniai tyrimai. Per paskutinius 30 metų du kartus išaugo jaunų žmonių, turinčių antsvorį, skaičius. Reguliariai besimankštinančių žmonių 1991 – 1995 metais sumažėjo nuo 42 proc. iki 25 proc., o didžioji dalis 12 – 21 metų jaunuolių fiziškai pasyvūs[1] (Programs Promoting Lifelong Physical activity, 2000).

[1] CDS's Guidelines for School and Community: Programs Promoting Lifelong Physical Activity. *J Adolescent and School Health*. [žiūrėta 2000-05-02]. <http://www. cdc.gov/nccdphp/dash/phactaag.htm>

Lietuvoje gyventojų sveikatą atspindintys rodikliai rodo, kad daugiau gyventojų miršta, negu gimsta, be to, vyrų gyvenimo trukmė net devyneriais metais, o moterų ketveriais – trumpesnė nei vidutiniškai Europoje[2].

Daugelis autorių teigia, kad aukštųjų mokyklų studentų fizinė būklė nepatenkinama, jų fizinės galios ir funkcinės galimybės studijų pabaigoje mažėja, o gyvensena – fiziškai pasyvi[3]. Studentai daug laiko praleidžia sėdėdami ir turi žalingų įpročių: daugėja rūkančiųjų, vartojančiųjų alkoholį[4].

Medicininiai tyrimai rodo, kad 16 – 19 proc. visų studentų priskiriami specialiajai medicininei fizinio pajėgumo grupei. Merginų į šią grupę patenka santykinai daugiau nei vaikinų[5]. Tuo tarpu mokslo įrodyta, kad kiekvienas suaugęs žmogus kasdien turi skirti mažiausiai 30 minučių vidutinio intensyvumo fiziniams pratimams.

Tyrimų duomenimis, 40 proc. studentų, apklaustų Lietuvos aukštosiose mokyklose, nėra motyvuoti fizinei saviugdai ir fiziniams pratimams neskiria laiko[6].

Specialioje literatūroje nepavyko aptikti tyrimų duomenų apie studentų, būsimųjų statutinių pareigūnų, fizinę būklę, jų fizinio aktyvumo nuostatas bei poreikį fizinei saviugdai[7]. Todėl aktualu daugiau dėmesio skirti merginų pareigūnių fizinio aktyvumo klausimams, nes tyrimai rodo, kad jos yra fiziškai pasyvesnės už vaikinus, dažniau turi antsvorio, esti blogesnės fizinės būklės nei vaikinai[8]. Atkreiptinas dėmesys į tai, kad pareigūnų profesinio rengimo programoje privalomos fizinio rengimo ir kovinės savigynos pratybos nuo 2007 metų buvo privalomos tik 1 ir 2 kursuose , o nuo 2009 metų – 2 ir 3 kursuose.

Tyrimo tikslas – atskleisti Mykolo Romerio universiteto Viešojo saugumo fakulteto (VSF) studenčių požiūrį į specialųjį fizinį rengimą.

Uždaviniai:

1. Remiantis literatūros šaltiniais, atskleisti akademinio jaunimo fizinės būklės ir fizinio aktyvumo ypatumus.

[2] Jatulienė, N.; Tamošauskas, P. Aukštųjų mokyklų pirmo kurso studenčių sveikatos būklė. *Įvairaus amžiaus gyventojų fizinio aktyvumo, fizinio ugdymo ir sveikatos problemos.* Vilnius, 1994: 56–61.
[3] Armonienė, J. *Fizinio aktyvumo ugdymo veiksniai* [Rankraštis]: daktaro disertacija. Socialiniai mokslai (edukologija). Vilnius: Vilniaus universitetas, 1995.
[4] Genevičius, J.; Mertinas, J. Kai kurie VPU studentų kūno kultūros socialiniai aspektai. *Moksleivių ir studentų fizinio ugdymo problemos: mokslinės metodinės konferencijos medžiaga.* Vilnius, 1993, p. 24–26.
[5] Tamošauskas, P., Mačys, A., Vaščila, V. Pirmo kurso studenčių fizinės – funkcinės būklės ypatumai. *Įvairaus amžiaus gyventojų fizinio aktyvumo, fizinio ugdymo ir sveikatos problemos.* Vilnius, 1994: 105–110.
[6] Poteliūnienė, S.; Tamošauskas, P.; Karoblis, P. Studentų požiūris į kūno kultūros vyksmą Lietuvos aukštosiose mokyklose. *Sporto mokslas*. 2003, 4 (34): 54–60.
[7] Muliarčikas, A.; Morkūnienė, A.; Štarevičius, E.; Mickevičius, V. Būsimų pareigūnų – LTU studentų – požiūris į fizinės sveikatos būklės kontrolę ir valdymą. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*. 2005, 2 (56): 21–27.
[8] Zlatkuvienė, L.; Černiauskienė, M.; Žilinskienė, E.; Katulienė, G. Vilniaus pedagoginio universiteto studentų sveikata. *Socialiniai sveikatos aspektai.* Vilnius, 1992: 33–36.

ISSN 2029–1701 (print)
ISSN 2335–2035 (online)

Mokslinių straipsnių rinkinys
VISUOMENĖS SAUGUMAS IR VIEŠOJI TVARKA
PUBLIC SECURITY AND PUBLIC ORDER
2012 (7) Scientific articles

2. Ištirti būsimųjų statutinių pareigūnių požiūrį į kūno kultūrą.

3. Nustatyti studenčių nenoro mankštintis priežastis bei jų fizinio aktyvumo kaitą mokantis bendrojo lavinimo ir aukštojoje mokykloje.

Siekiant atskleisti būsimųjų statutinių pareigūnių fizinės būklės ir fizinio aktyvumo ypatumus naudotasi literatūros šaltiniais, dokumentų analize. Tiriant fizinės saviugdos prielaidas naudotas anketinės apklausos metodas[9]. Tyrimo duomenys buvo apdoroti statistiniais metodais (STATISTICA). Neparametrinių hipotezių tikrinimui buvo naudotas chi kvadrato (χ^2) kriterijus[10].

Tyrimas atliktas Mykolo Romerio universiteto Viešojo saugumo fakultete (VSF). Apklausta 120 studenčių – būsimųjų statutinių pareigūnių.

TYRIMO REZULTATAI

Studenčių požiūris į specialųjį fizinį rengimą. Būsimųjų statutinių pareigūnių požiūrio į specialųjį fizinį rengimą (SFR) tyrimo duomenys pateikiami 1 lentelėje. Tyrimas atskleidė, kad studentės suvokia, kad specialusis fizinis rengimas yra svarbus kiekvieno gyvenime (98 proc.). Taip pat nustatyta, kad joms sportuoti yra malonu (99,5 proc.), o 30 proc. apklaustųjų patiktų darbas, susijęs su specialiuoju fiziniu rengimu. Taigi, galima teigti, kad studenčių požiūris į specialų fizinį rengimą yra teigiamas.

1 lentelė. Tiriamųjų studenčių skirstinys pagal požiūrį į specialų fizinį rengimą (proc.)

Požiūris	***Visiškai sutinka***	**Sutinka**	**Nesutinka**	**Visiškai nesutinka**
Sportuoti malonu	80,5	19,0	0,5	–
Sportuoti nuobodu	–	1,0	40,0	59,0
Specialaus fizinio rengimo dalykas labai lengvas	5,2	20,8	70,0	4,0
Specialus fizinis rengimas yra svarbus kiekvieno gyvenime	78,0	20,0	1,0	1,0
Patiktų darbas, susijęs su Specialiu fiziniu rengimu	10,5	30,0	30,0	29,5
Vengia fizinės veiklos	–	0,5	14,5	85,0

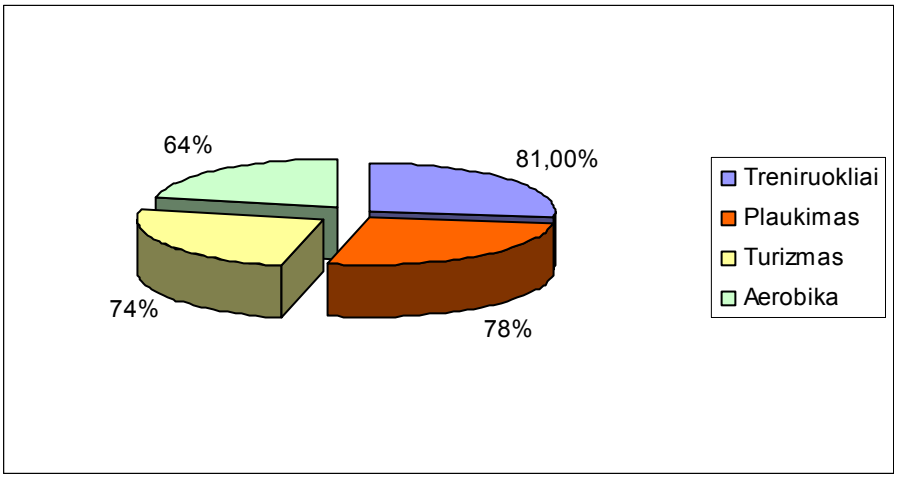
[9] Poteliūnienė, S.; Veršinskas, R.; Muliarčikas, A**.** Mykolo Romerio universiteto studenčių fizinės saviugdos prielaidos. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas*. 2006, 4(63): 90–95.
[10] Bitinas, B. *Ugdymo tyrimų metodologija.* Vilnius, 1998.

ISSN 2029–1701 (print)
ISSN 2335–2035 (online)

Mokslinių straipsnių rinkinys
VISUOMENĖS SAUGUMAS IR VIEŠOJI TVARKA
PUBLIC SECURITY AND PUBLIC ORDER
2012 (7) Scientific articles

Buvo tirta, kokios sporto šakos ir rungtys yra studenčių mėgiamos. 1 paveiksle pateikiamos mėgiamiausios tyrime dalyvavusių studenčių sporto rūšys. Prie populiariausių galėtume priskirti pratybas su treniruokliais, kovines imtynes, turizmą ir aerobiką.

Mažiausiai mėgstamas yra krepšinis, bėgimas ir plaukimas.



1 pav. Būsimųjų statutinių pareigūnių labiausiai mėgiamos sporto rūšys

Tyrimu siekta nustatyti, kokie veiksniai turėjo didžiausios įtakos studenčių teigiamo požiūrio formavimuisi. Buvo pateikta ir paprašyta įvertinti keletą veiksnių, galėjusių turėti reikšmės tokiam požiūriui (2 lentelė).

2 lentelė. Tyrime dalyvavusių studenčių procentinis skirstinys pagal veiksnių įtaką teigiamo požiūrio į specialų fizinį rengimą formavimui bei tų veiksnių vertės balas

Veiksniai	**Įtaka**				**Vertės balas**
	Labai didelė	**Didelė**	**Nedidelė**	**Visiškai nedidelė**	
Pasirengimas būsimai profesinei veikla	54,1	39,8	5,1	0,0	80
Malonumo pajautimas judant	11,0	40,1	30,0	19,0	35
Draugai	14,0	23,0	45,0	18,0	28
Tėvai	7,3	35,4	39,6	17,7	24
Knygos, žiniasklaida	8,3	21,9	38,5	31,3	18

Išaiškėjo, kad svarbiausias veiksnys, lėmęs teigiamą požiūrį į fizinį aktyvumą, buvo vidinis (psichologinis ir fiziologinis) – tai pasirengimas būsimajai profesinei veiklai. Kaip matyti, tėvų, o ypač knygų, žiniasklaidos įtaka yra labai maža (2 lentelė).

Siekiant išsiaiškinti, kokie motyvai skatina studentes įgyti kūno kultūros žinių ir įgūdžių bei būti fiziškai aktyvioms, buvo pateikta 10 teiginių (3 lentelė).

ISSN 2029–1701 (print)
ISSN 2335–2035 (online)

Mokslinių straipsnių rinkinys
VISUOMENĖS SAUGUMAS IR VIEŠOJI TVARKA
PUBLIC SECURITY AND PUBLIC ORDER
2012 (7) Scientific articles

3 lentelė. Tiriamųjų studenčių procentinis skirstinys pagal motyvų, skatinančių įgyti kūno kultūros žinių ir gebėjimų bei būti fiziškai aktyvioms, svarbą

Motyvai	Svarba (proc.)				Vertės balas
	Labai svarbu	Gana svarbu	Nesvarbu	Visiškai nesvarbu	
Galėti sėkmingai dirbti baigus studijas	73,0	19,0	6,0	2,0	80
Pagerinti fizinį parengtumą	56,0	38,0	6,0	–	77
Gerai jaustis, būti sveikai	50,0	46	3,0	1,0	75
Pagerinti protinį darbingumą	50,0	40,0	9,0	1,0	71
Tai tiesiog patinka	39,0	49,0	10,0	2,0	65
Ugdyti valios savybes	41,0	36,5	18,7	2,1	60
Sustiprinti pasitikėjimą savimi	29,0	49,5	19,0	2,5	55
Sumažinti sergamumą	30,0	37,0	27,0	6,0	50
Sumažinti kūno masę	20,0	44,0	31,0	5,0	45
Siekti rezultatų sporte	6,0	6,5	50,0	37,5	11

Kaip matyti, pagal motyvo vertės balą (jis gali būti nuo 0 iki 100), svarbiausias būsimų pareigūnių fizinio aktyvumo motyvas – galėti sėkmingai dirbti baigus studijas, gerai jaustis, būti sveikoms. Taip pat jos mano, kad fizinis aktyvumas gali padidinti jų fizinį parengtumą ir protinį darbingumą. Merginoms mažiausiai aktualu yra siekti sporto rezultatų. Tai patvirtina ir kitų tyrimų duomenys[11].

4 lentelė. VSF studenčių fizinis aktyvumas ir domėjimasis kūno kultūra vidurinėje ir aukštojoje mokykloje (proc.)

Veiklos rūšys	Rodikliai	Reguliariai	Nereguliariai	Niekada	p
Darė ryto mankštą	M	10,0	30,0	60,0	p<0,001
	AM	15,0	45,0	40,0	
Sportavo su tėvais	M	3,7	35,3	61,0	p>0,05
	AM	1,0	9,0	90,0	
Sportavo savarankiškai	M	20,1	57,4	22,5	p>0,05
	AM	48,0	44,1	7,9	
Žiūrėjo sporto varžybas	M	22,0	62,0	16,0	p>0,05
	AM	19,0	58,4	22,6	
Domėjosi sporto renginiais, skaitė sporto spaudą	M	13,0	44,0	43,0	p>0,05
	AM	10,0	41,0	49,0	
Lankė sporto būrelį	M	35,0	44,0	21,0	p<0,05
	AM	60,0	22,0	18,0	
Lankė šokių būrelį	M	30,0	35,0	35,0	p<0,001
	AM	2,5	4,5	93,0	

[11] Poteliūnienė, S.; Veršinskas, R.; Muliarčikas, A. Būsimųjų teisininkių fizinės saviugdos prielaidos. *Vadyba.* 2006, 2(9): 179–185.

Vertinant savo fizinę būklę, kas antra studentė teigė, kad yra patenkinta ir tik 4 proc. apklaustųjų nurodė dažnai sergančios. Savo kūno masę norėtų sumažinti 64 proc. respondenčių ir net 94 proc. apklaustųjų nori fiziškai sustiprėti.

Ištyrus fizinį aktyvumą ir domėjimąsi kūno kultūra mokantis bendrojo lavinimo (M) ir aukštojoje mokykloje (AM), užfiksuoti kai kurie statistiškai reikšmingi skirtumai (žr. 4 lentelę).

Padaugėjo skaičius studenčių, kurios aukštojoje mokykloje ėmė reguliariai sportuoti, bet ryškiai sumažėjo lankančiųjų šokių būrelius (4 lentelė). Taip pat daugiau merginų, besimokančių aukštojoje mokykloje, atlieka ryto mankštą, nei tai darė tuomet, kai dar mokėsi bendrojo lavinimo mokykloje. Kaip matyti, savarankiškai besimankštinančiųjų skaičius žymiai padidėjo, o domėjimasis sporto spauda bei sporto renginiais liko panašus.

Reikėtų akcentuoti, kad studentės mažai domisi savo fizinės būklės pokyčiais, jos nežino net elementarių dalykų – koks jų pulso dažnumas ar kraujospūdis.

Tikėtina, kad jei būtų apklaustos ne tik tos studentės, kurios pasirinko laisvai pasirenkamus dalykus (l. p. d.) „Specialus fizinis rengimas“ arba „Savigyna be ginklo“, rezultatai gerokai skirtųsi. Gali būti, kad kitais mokslo metais ir šios merginos negalės rinktis šio dalyko, ir jų fizinis aktyvumas priklausys nuo motyvacijos ir valios stiprumo, savarankiškai pasirinktos fizinio aktyvumo formos.

Siekiant ištirti, kokios kliūtys trukdo studenčių fizinei saviugdai, buvo pateikta keletas įvardytų kliuvinių (5 lentelė).

5 lentelė. Tiriamųjų skirstinys pagal fizinės saviugdos kliuvinių vertinimą (proc.)

Kliuviniai	**Visiškai sutinku**	**Sutinku**	**Nesutinku**	**Visiškai nesutinku**
Inventoriaus, sporto bazių stoka	30,0	40,0	25,0	5,0
Nepatogus tvarkaraštis	25,0	40,0	30,0	5,0
Poreikio savarankiškai fiziškai lavintis stoka	5,0	25,0	40,0	30,0
Mokėjimų ir įgūdžių stoka	10,0	20,0	50,0	20,0
Valios stoka	15,0	45,0	15,0	25,0
Žinių stoka	3,0	27,0	50,0	20,0
Organizuotumo stoka	10,0	40,0	40,0	10,0

Kaip rodo tyrimo rezultatai, kas trečiai studentei pakaktų žinių bei mokėjimų savarankiškai sportuoti, bet labiausiai jų fizinei saviugdai stinga valios (60 proc.), nes savarankiškai tobulintis gali tik pakankamai brandi ir labai stiprius motyvus turinti asmenybė.

Dar viena kliūtis mankštintis, anot respondenčių, yra laiko stoka, t.y. nepatogus paskaitų tvarkaraštis (65 proc.), ir tik 30 proc. apklaustųjų teigia, jog neturi poreikio savarankiškai fiziškai lavintis. Deja, daugiau nei pusė apklaustųjų (70 proc.) kaip pagrindinę fizinės saviugdos priežastį nurodo sporto bazių stoką.

TYRIMO REZULTATŲ APTARIMAS

Akademinio jaunimo sveikata blogėja dėl nepakankamo aktyvumo, nesubalansuotos mitybos bei nesveikos gyvensenos, taip pat dėl nepakankamai sąmoningo ir motyvuoto asmens požiūrio į fizinį aktyvumą[12]. Šio tyrimo rezultatai prieštarauja tokiems teiginiams, nes būsimosios statutinės pareigūnės – stipriai motyvuotos, pagal motyvo vertės balą matyti (3 lentelė), kad svarbiausi fizinio aktyvumo motyvai – galimybė sėkmingai dirbti baigus studijas bei pagerinti fizinį parengtumą. Studenčių nuomone, fizinis aktyvumas leidžia gerai jaustis, būti sveikoms ir lavinti protinį darbingumą.

Kūno kultūros ir sporto departamento pateikti duomenys apie studentų fizinį aktyvumą rodo, kad mankštinasi tik 44 proc. moterų, 35 proc. lanko organizuotas pratybas, 21 proc. nesimankština[13].

Kaip parodė šis tyrimas, gautieji rezultatai akivaizdžiai skiriasi nuo oficialių statistikos duomenų. 48,0 proc. būsimųjų pareigūnių reguliariai lanko laisvai pasirenkamų „Specialaus fizinio rengimo“ arba „Savigynos be ginklo“ dalykų pratybas, tiek pat savarankiškai mankštinasi, bet tik 15 proc. daro rytinę mankštą, o 2,5 proc. vengia fizinės veiklos.

Nustatyta, kad norą dalyvauti reguliarioje fizinėje veikloje veikia išankstinis nusiteikimas tai daryti[14]. Kai kurių autorių duomenimis, 45 proc. studenčių teisininkių neturi poreikio savarankiškai fiziškai lavintis[15]. Mūsų duomenimis, šis skaičius Viešojo saugumo fakultete siekia tik 30 proc.

Manoma, kad studentai kūno kultūros pratybose dalyvauja norėdami įgyti naujų fizinio aktyvumo rūšių įgūdžių, pagerinti savo gebėjimus arba todėl, kad smagu[16].

[12] Forbes, G. B.; Adams – Curtis, L. E.; Rade B.; Jaberg, P. Body Dissatisfaction in Women and Men: The Role of Gender - Typing and Self – Esteem. *A Journal of Research*. 2001, balandis [žiūrėta 2004-04-27]. <http://www.find articles.com>
[13] *Lietuvos sporto statistikos metraštis*. Vilnius: LSIC, 2004.

[14] Mertinas, J.; Tinteris, M. Vilniaus pedagoginio universiteto I kurso studentų sveikatos būklė 1994 – 1998 metais. *Žmogaus ugdymo problemos šiuolaikinėje visuomenėje: tarptautinė mokslinė konferencija: mokslo darbai:* Kaunas: Akademija. 1998: 194–197.
[15] Poteliūnienė, S.; Tamošauskas, P.; Karoblis, P. Studentų požiūris į kūno kultūros vyksmą Lietuvos aukštosiose mokyklose. *Sporto mokslas*. 2003, 4 (34): 54–60.
[16] Leenders, N.; Sherman, M.; Wierd, P. College Physical Activity Courses: Why do Students Enroll, and what are Their Health Behaviors? 1999. [žiūrėta 2006-02-27]. <http://proquest.umi.com>

Ankstesniais tyrimais nustatyta, kad MRU Teisės fakulteto studentės pirmiausia lanko pratybas stiprindamos sveikatą, bet nevertina sporto, kaip savirealizacijos galimybės[17]. Mūsų duomenimis, besimokančiųjų Viešojo saugumo fakultete pagrindiniai motyvai – galimybė sėkmingai dirbti baigus studijas ir noras pagerinti fizinį parengtumą.

Specialioje literatūroje pateikiami duomenys parodė, kad 94 proc. studenčių norėtų fiziškai sustiprėti ir 64 proc. – sumažinti kūno masę[18]. Mūsų gauti tyrimo rezultatai patvirtina šiuos duomenis.

Kai kurių mokslininkų duomenimis, studentai mažai domisi savo fizinės būklės pokyčiais, net nežino savo pulso dažnio per minutę ir kraujospodžio dydžio[19].

Vertinant fizinės saviugdos kliuvinius, MRU Teisės fakulteto studentės išskiria laiko stoką, t.y. nepatogų paskaitų tvarkaraštį (59 proc.). Tarp mūsų apklaustųjų studenčių šis skaičius siekė 65 proc. Atlikus tyrimus kitose aukštosiose mokyklose gauti panašūs duomenys[20].Tarp kitų fizinio aktyvumo mažėjimo priežasčių nurodomas didelis mokymosi krūvis, tik merginoms daugiau negu vaikinams stinga poreikio ir valios savarankiškai fizinei veiklai[21]. Mūsų tyrime 30 proc. respondenčių nurodė poreikio stoką, o 60 proc. – valios trūkumą.

Tikėtina, kad turėdamos didelę motyvaciją būsimos statutinės pareigūnės ir 3 – 4 kursuose, kai neliks privalomų pratybų, bus pakankamai fiziškai aktyvios.

Apibendrinant galima teigti, kad galimybė rinktis laisvai pasirenkamus dalykus „Specialus fizinis rengimas“ arba „Savigyna be ginklo“ visuose semestruose studijų metu galėtų tapti svarbiu pedagoginio proceso efektyvinimo veiksniu. Tai studentėms ne tik padėtų atsigauti nuo įtemptos protinės veiklos, bet ir leistų suformuoti stiprų fizinės saviugdos poreikį, išvystyti stiprią motyvaciją, didintų protinį darbingumą bei stiprintų sveikatą.

IŠVADOS

Būsimųjų statutinių pareigūnių požiūris į specialų fizinį rengimą, kaip ir daugumos studentų – į kūno kultūrą, yra teigiamas. Pagrindinis veiksnys, turėjęs teigiamos įtakos

[17] Poteliūnienė, S.; Veršinskas, R.; Muliarčikas A. Mykolo Romerio universiteto studenčių fizinės saviugdos prielaidos. Ugdymas. *Kūno kultūra. Sportas.* 2006, 4(63): 90–95.
[18] Poteliūnienė, S.; Veršinskas R.; Muliarčikas A. Būsimųjų teisininkių fizinės saviugdos prielaidos. *Vadyba.* 2006, Nr.2(9): 179–185.
[19] Muliarčikas, A. Kauno studentų fizinis aktyvumas ir jį lemiantys veiksmai. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas.* 2003, 5 (50): 44–53.
[20] Poteliūnienė, S.; Tamošauskas, P.; Karoblis, P. Studentų požiūris į kūno kultūros vyksmą Lietuvos aukštosiose mokyklose. *Sporto mokslas.* 2003, 4 (34): 54–60.
[21] Poteliūnienė, S.; Veršinskas, R.; Muliarčikas, A. Mykolo Romerio universiteto studenčių fizinės saviugdos prielaidos. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas.* 2006, 4 (63): 90–95.

požiūriui į specialų fizinį rengimą – pasirengimas būsimai profesinei veiklai ir specialaus fizinio rengimo svarba kiekvieno gyvenime. Literatūros, žiniasklaidos bei tėvų įtaka nežymi.

Studentėms svarbiausia yra galimybė sėkmingai dirbti baigus studijas, fizinio parengtumo gerinimo ir sveikatos stiprinimo motyvai.

Didžioji dalis respondenčių (75 proc.) pasižymėjo stipriu poreikiu savarankiškai fizinei saviugdai ir aukšta motyvacija. Pagrindiniu fizinės saviugdos kliuviniu merginos nurodė inventoriaus, sporto bazių stoką (70 proc.) ir nepatogų paskaitų tvarkaraštį (65 proc.). Pasirinkdamos laisvai pasirenkamus dalykus „Specialus fizinis rengimas“ arba „Savigyna be ginklo“, jos turėjo galimybę reguliariai lavinti fizinius gebėjimus ir tobulinti profesinius praktinius įgūdžius, reikalingus būsimai profesinei veiklai.

LITERATŪRA

1. Armonienė, J. *Fizinio aktyvumo ugdymo veiksniai* [Rankraštis]. Daktaro disertacija: socialiniai mokslai (edukologija). Vilnius: Vilniaus universitetas, 1995.
2. Bitinas, B. *Ugdymo tyrimų metodologija.* Vilnius, 1998.
3. CDS's Guidelines for School and Community: Programs Promoting Lifelong Physical Activity. *J Adolescent and School Health.* [žiūrėta 2000-05-02]. <http://www. cdc.gov/nccdphp/dash/phactaag.htm>
4. Forbes, G. B.; Adams – Curtis L. E.; Rade B.; Jaberg P. Body Dissatisfaction in Women and Men: The Role of Gender - Typing and Self – Esteem. *A Journal of Research.* 2001, balandis [žiūrėta 2004-04-27]. <http://www.find articles.com>
5. Jatulienė, N.; Tamošauskas, P. Aukštųjų mokyklų pirmo kurso studenčių sveikatos būklė. *Įvairaus amžiaus gyventojų fizinio aktyvumo, fizinio ugdymo ir sveikatos problemos.* Vilnius, 1994: 56-61.
6. Leenders, N.; Sherman M.; Wierd P. College Physical Activity Courses: Why do Students Enroll, and what are Their Health Behaviors? 1999. [žiūrėta 2006-02-27]. <http://proquest.umi.com>
7. *Lietuvos sporto statistikos metraštis*. Vilnius: LSIC, 2004.
8. Genevičius, J.; Mertinas, J. Kai kurie VPU studentų kūno kultūros socialiniai aspektai. *Moksleivių ir studentų fizinio ugdymo problemos: mokslinės metodinės konferencijos medžiaga.* Vilnius, 1993, p. 24–26.
9. Mertinas, J.; Tinteris, M. Vilniaus pedagoginio universiteto I kurso studentų sveikatos būklė 1994 – 1998 metais. *Žmogaus ugdymo problemos šiuolaikinėje visuomenėje: tarptautinė mokslinė konferencija: mokslo darbai:* Kaunas: Akademija. 1998, p. 194–197.
10. Muliarčikas, A.; Morkūnienė, A.; Štarevičius, E.; Mickevičius, V. Būsimų pareigūnų – LTU studentų – požiūris į fizinės sveikatos būklės kontrolę ir valdymą. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas.* 2005, 2 (56): 21–27.
11. Muliarčikas, A. Kauno studentų fizinis aktyvumas ir jį lemiantys veiksmai. Ugdymas. *Kūno kultūra. Sportas.* 2003, 5 (50): 44–53.
12. Poteliūnienė, S.; Tamošauskas, P.; Karoblis, P. Studentų požiūris į kūno kultūros vyksmą Lietuvos aukštosiose mokyklose. *Sporto mokslas.* 2003, 4 (34): 54–60.
13. Poteliūnienė, S.; Veršinskas, R.; Muliarčikas, A**.** Mykolo Romerio universiteto studenčių fizinės saviugdos prielaidos. *Ugdymas. Kūno kultūra. Sportas.* 2006, 4(63): 90–95.

14. Poteliūnienė, S.; Veršinskas, R.; Muliarčikas, A. Būsimųjų teisininkių fizinės saviugdos prielaidos. Vadyba. 2006, 2(9): 179–185.
15. Tamošauskas, P.; Mačys, A.; Vaščila, V. Pirmo kurso studenčių fizinės – funkcinės būklės ypatumai. *Įvairaus amžiaus gyventojų fizinio aktyvumo, fizinio ugdymo ir sveikatos problemos.* Vilnius, 1994, p. 105–110.
16. Zlatkuvienė, L.; Černiauskienė, M.; Žilinskienė; E., Katulienė, G. Vilniaus pedagoginio universiteto studentų sveikata. *Socialiniai sveikatos aspektai.* Vilnius, 1992: 33–36.

FUTURE STATUTORY OFFICERS APPROACH TO SPECIAL PHYSICAL TRAINING

Edmundas Štarevičius*
Mykolas Romeris University

Robertas Veršinskas**
Vilnius Gediminas Technical University

S u m m a r y

Studies of most authors shows unsatisfactory physical conditioning of students, their tendency towards bad habits. 16 – 19 percent students of university level are assigned to a special medical physical capacity group. In this situation perticular attention must be given to strengthen students need to form physical self-development and motivation.

The goal of our research – evaluate Mykolas Romeris university Public safety faculty female students approach on special physical training. By method of questionaries 120 female students were questioned. Research showed that female students have positive standpoint on special physical training. The main factor, wich had positive influence on special physical training approach, was preparation for the future profesional activity and its importance in life. Books, media, and parents influence was minimal. Most of the respondents had strong need for own physical self-development and high motivation. The biggest obsticle of physical self-development is lack of sports facilities and inventory.

Keywords: Physical Culture, Physical Shape, motivation for physical, physical self–development.

Edmundas Štarevičius*, Mykolo Romerio universiteto Viešojo saugumo fakulteto Fizinio rengimo katedros lektorius. Mokslinių tyrimų kryptis: edukologija.
Edmundas Štarevičius*, Mykolas Romeris university, Faculty of Public security, Department of Physical Training, lecturer. Research interests: Education.
Robertas Veršinskas**, Vilniaus Gedimino technikos universiteto Pramogų industrijos fakulteto Kūno kultūros katedros docentas. Mokslinių tyrimų kryptis: edukologija.
Robertas Veršinskas**, Vilnius Gediminas Technical University, faculty of Creative Industries, Department of Physic Training, Assoc. prof., Research interests: Education.