

ДОСЛІДЖЕННЯ СТАВЛЕННЯ І МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМ ВИХОВАННЯМ

І.М. Головійчук

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту, Україна
irina-goloviihuk@mail.ru

Введення. Вища освіта в Україні є досить сформованою системою, яка повною мірою відповідає структурі освіти розвинутих країн світу. Державна програма «Освіта» («Україна ХХІ століття»), головним стратегічним завданням національної освіти визначила, формування освіченої, творчої особистості, становлення її фізичного й морального здоров'я. Фізична культура – важливий засіб у системі національної освіти, спрямований на формування у студентів основ здорового способу життя, організації активного відпочинку і дозвілля, розвитку і відновлення фізичних та духовних сил, реабілітації та корекції власного здоров'я [5, 6, 9].

Нажаль, останнім часом спостерігається негативна тенденція до погіршення здоров'я молодого покоління і особливо студентської молоді [3, 4]. У зв'язку з цим, проблематичним стає процес залучення студентів до фізкультурно-оздоровчої діяльності, а високий рівень захворюваності призводить до збільшення кількості студентів які за станом здоров'я віднесені до спеціальної медичної групи.

Фізичне виховання – це педагогічний процес, покликаний вирішувати основні задачі: зміцнення здоров'я, розвиток фізичних якостей, формування рухових вмінь і навичок. Мотиваційна готовність студентів до фізичного виховання – є основою цього процесу [2].

На думку С.В. Королінської ефективність системи фізичного виховання залежить від раціонального підбору засобів фізичного виховання і врахування інтересів студентів [8]. В.Г. Шилько підкреслює, що модернізацію системи фізичного виховання студентів можливо здійснити на підставі особистісно-орієнтованого змісту фізкультурно-спортивної діяльності, враховуючи вільний вибір виду рухової активності, рівень здоров'я і фізичної підготовленості студентів [10].

Саме тому, необхідно враховувати інтереси, потреби і мотиви до занять фізичним вихованням у студентів, зокрема студентів спеціальної медичної групи, що в свою чергу сприятиме всебічного розвитку студентської молоді, зміцненню їх здоров'я і підтримці на високому функціональному рівні фізичних можливостей.

Метою дослідження було визначити ставлення студентів спеціальної медичної групи до занять фізичним вихованням.

Результати дослідження. Відповідно до мети дослідження проведено анкетування студентів 1-3 курсів Дніпропетровського національного університету ім. О. Гончара які за станом здоров'я віднесені до спеціальної медичної групи. Кількість респондентів становила 150 чоловік.

В цілому, результати анкетування свідчать про те, що студенти спеціальної медичної групи, задоволені системою організації навчальної роботи і позитивно ставляться до занять фізичним вихованням (рис. 1).

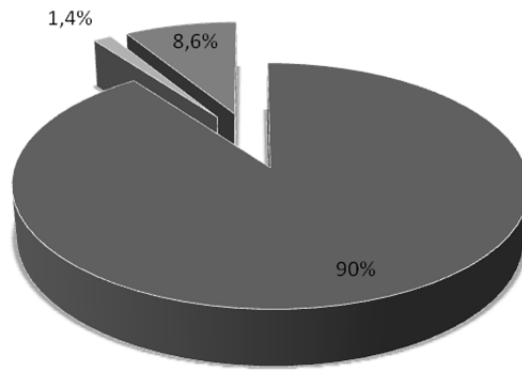


Рис. 1. Ставлення студентів спеціальної медичної групи до занять фізичним вихованням:

■ позитивне; ■ негативне; ■ дуже

У рамках навчального навантаження і розкладу занять, два рази на тиждень, постійно відвідують обов'язкові заняття 88,6% студентів. При цьому 90% опитаних задоволені і 10% – не задоволені змістом занять з фізичного виховання.

У ході проведеного дослідження встановлено, що мотиви до занять фізичним вихованням є одним із факторів, який впливає на рівень зацікавленості даною дисципліною [1].

Одним із основних соціально-психологічних факторів формування фізично здорової людини є мотив – усвідомлена причина активності людини, спрямована досягнення мети. Формування мотивів проходить під впливом зовнішніх і внутрішніх факторів. Зовнішніми мотивами виступають умови, у яких відбувається процес навчання і виховання, внутрішніми – знання, бажання, потяги, інтереси, переконання особистості [7].

Враховуючи результати опитування, можна свідчити про те, що мотиви з якими студенти відвідують заняття з фізичного виховання, залежать від мети і самого процесу організації навчання.

Аналіз відповідей на питання з якою метою студенти спеціальної медичної групи відвідують заняття з фізичного виховання, були отримані данні, щодо реальної і бажаної мети відвідування цих занять (рис. 2).

Майже 89% опитаних оцінюють стан свого здоров'я як добрий; 7,1% – відмінний; 4,3% – поганий. Більшість студентів (58,6%) вважають, що рівень їх рухової активності є достатнім, при цьому 27,5% з них, фізичними вправами, займаються лише на обов'язкових заняттях з фізичного виховання і лише 17,5% додатково займаються у групах здоров'я або спортивних секціях. Але й тут необхідно зазначити, що систематичність цих занять неоднорідна.

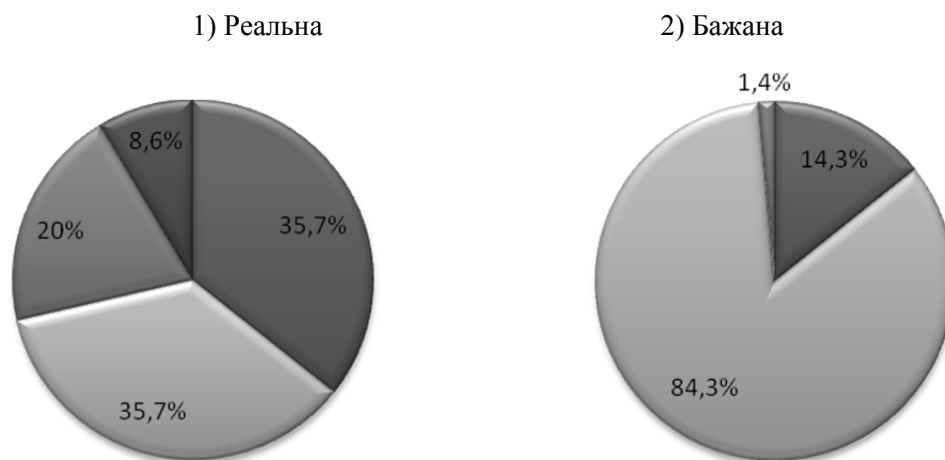


Рис. 2. Мета з якою студенти відвідують заняття з фізичного виховання:

1) ■ отримання заліку з фізичного виховання;

- покращення фізичних можливостей;
 - покращення функціонального стану;
 - оволодіння новими навичками і вміннями.
- 2)
- сприяти покращенню і реабілітації функціонального стану і здоров'я;
 - оволодіння необхідними вміннями і навичками для майбутньої професійної діяльності;
 - підготовка до успішного складання залікових нормативів.

Необхідно звернути увагу, що серед причин які заважають студентам займатися фізичними вправами систематично 64,3% відповіли: брак часу через велике початкове навантаження, недостатність коштів на відвідування спортивних клубів і необхідність працювати після навчання; 35,7% – не мають бажання і зацікавленості, а також достатньої інформативності про користь таких занять.

Оскільки дослідження проводилося зі студентами які мають ті чи інші відхилення у стані здоров'я, важливим була відповідь на питання щодо понять «лікувальна фізична культура» і «фізична рекреація» (рис. 3).

На жаль, доводиться констатувати, що трохи більше 46% опитаних не знають, на що спрямована лікувальна фізична культура і які саме засоби необхідно використовувати в якості реабілітаційно-відновлювальних заходів. Також необхідно зазначити, що 91,4% студентів не знають, або знають недостатньо, що в себе включає поняття «фізична рекреація» Хоча займатися фізичними вправами у поза навчальний час, для покращення фізичного і функціонального стану організму, виявили бажання більшість опитаних респонденті.

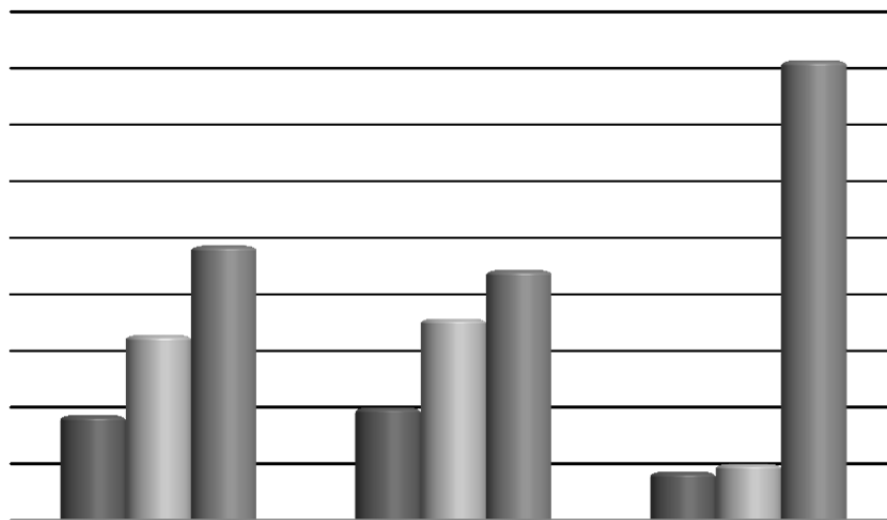





Рис. 3. 1 питання: Чи знаєте Ви, які саме засоби лікувальної фізичної культури і фізичної рекреації рекомендовані відносно Вашого захворювання?

2 питання: Чи знаєте Ви, на що спрямована лікувальна фізична культура?

3 питання: Чи знаєте Ви, що таке фізична рекреація?

 так;
  достатньо;
 – ні 

Підвищення мотивації та позитивного ставлення студентів до занять фізичним вихованням вбачається у впровадженні в навчальний процес і дозвілля студентів нових форм і засобів фізичної культури. На сьогоднішній день одним з пріоритетних і перспективних засобів оздоровлення є аквафітнес [11, 12].

За даними проведеного дослідження 64,3% опитаних студентів мають позитивне відношення до введення аквафітнесу в програму обов'язкових занять з фізичного виховання; негативне – 10%; у решті студентів – байдуже відношення до цього питання.

У поза навчальний час займатися аквафітнесом виявили бажання майже 62% респондентів.

Висновки. Аналіз результатів дослідження дозволяє зробити висновок, що у більшості студентів спеціальної медичної групи спостерігається позитивне ставлення до занять фізичним вихованням, однак спостерігається певна відмінність у реальній і бажаній меті відвідування цих занять.

Занепокоєння викликає низький рівень володіння теоретичними і методичними знаннями про користь занять фізичною культурою і спортом, зокрема про заняття лікувальною фізичною культурою і використання засобів фізичної рекреації. Тому однією з головних задач фізичного виховання студентів і, особливо тих які займаються у спеціальній медичній групі, є формування потреби у систематичних заняттях фізичними вправами, необхідність в наданні знань з питань фізичної культури, активного відпочинку і здорового способу життя, впровадження в навчальний процес і дозвілля студентів нових форм і засобів фізичної культури.

Список літератури:

1. Барановская, Д.И. Роль физкультурных занятий в формировании мотивации к занятиям физической культурой у студенческой молодежи / Д.И. Барановская, В.И. Врублевская // Актуальные проблемы оздоровительной физической культуры и спорта на современном этапе: Матер. VIII Международной науч. сессии по итогам НИР за 2004г. «Науч. обоснование физ. воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре». – Минск : БГУФК, 2005. – С. 13–15.
2. Бундзен, П.В. Инновационные процессы и развитие технологий психической подготовки и психодиагностики в олимпийском спорте / П.В. Бундзен, К.Г. Коротков, В.И. Баландин и др. // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 5. – С. 12.
3. Драчук, А.І. Оптимізація фізичного виховання студентів вищих закладів освіти гуманітарного профілю : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту : спец. 24.00.02. «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення»/ А.І. Драчук – Вінниця, 2001. – 20 с.
4. Дубогай, О.Д. Методика фізичного виховання студентів, віднесених за станом здоров'я до спеціальної медичної групи: навчальний посібник / О.Д. Дубогай, В.І. Завацький, Ю.О. Короп. – Луцьк: Надстир'я, 1995. – 220 с.
5. Дубогай, О.Д. Перспективи розвитку технологій фізичного виховання студенток / О.Д. Дубогай // Зб.: Актуальні проблеми валеологічної освіти в навчальних закладах України в сучасних умовах. – Кіровоград, 2001. – с.117–123.
6. Іванов, Є.С. Основи педагогічної технології зміцнення динамічного здоров'я / Є.С. Іванов // Зб.: Актуальні проблеми валеологічної освіти в навчальних закладах України в сучасних умовах. – Кіровоград, 2001. – с. 131–134.
7. Ильин, Е.П. Мотивация и мотивы / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2000. – 512 с.
8. Королінська, С.В. Клубна форма організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фізичного виховання і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / С.В. Королінська. – Львів, 2007. – 22 с.
9. Носков, В.И. Студент в оздоровительно-воспитательном комплексе вуза. Донецк: ДНУ, 2001. – 146с.
10. Шилько, В.Г. Методология построения личностно-ориентированного содержания физкультурно-спортивной деятельности студентов / В.Г. Шилько // Теория и практика физической культуры, 2003. – № 9. – С. 45–49.
11. Dadganny, G. Aquaaerobic lessons in countries with hot climate condition / G. Dadganny // IV Міжнародна наукова конференція студентів “Студент, наука і спорт у третьому тисячолітті”. – К.: Олімпійська література, 2005. – С. 101–102.
12. Mason, J. Aquafitness / J. Mason. – Australia, 1999. – P. 98.