

ОЦІНКА МОТИВАЦІЇ ТА САМОСТІЙНОСТІ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ СТУДЕНТІВ ВИЩОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ

Оскільки проблема стану здоров'я працездатного населення вимагає пошук шляхів удосконалення фізичного здоров'я, проведено дослідження стану мотивації та розвитку самостійності студентів вищих навчальних закладів на заняттях фізичної культури на підставі суб'єктивної оцінки. Для виконання поставленого завдання опитано 92 студенти 1-4 курсів Інституту педагогіки та практичної психології 2014 року на базі Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка. У результаті дослідження встановлена структура вподобань: легка атлетика (32,6±4,8%), спортивні ігри, зокрема футбол (23,9±4,5%), баскетбол (17,4±3,9%). Стан здоров'я та рівень фізичної підготовки студентів відповідає «доброму» рівні (59,8±5,1%, 54,3±5,2%, відповідно). Провідними мотивами до занять фізичною культурою у вищому навчальному закладі є форма занять фізичною культурою у вигляді туристичних походів (78,3±4,3%), створення фізкультурних свят (72,8±4,6%) та навчання дисципліні та організованості (50±5,2%). Умовами розвитку самостійності є педагогічний прийом – делегування повноважень викладача фізичної культури на студента та високий рівень дисципліни під час занять фізичною культурою.

Ключові слова: самостійність, мотивація, фізична культура, студенти

Постановка проблеми. Однією з актуальних проблем навчально-виховного процесу у вищих закладах освіти є ступінь сформованості у студентів позитивного ставлення до фізичного виховання та спорту. У зв'язку з цим важливим є вивчення мотивів, інтересів і потреб сучасної молоді до занять фізичними вправами [3].

Дані наукових досліджень доводять, що короточасні фізичні навантаження не забезпечують повноцінного відновлення працездатності людини [2]. У зв'язку з цим зростає значення самостійних занять фізичними вправами для підвищення рівня фізичного здоров'я майбутнього працездатного населення країни. За даними офіційної статистики, 2012 р. серед дорослого населення України було зареєстровано понад 20 млн випадків виявлених вперше хвороб (захворюваність) і 68,97 млн звернень на рік з приводу всіх хвороб (поширеність). Відносний показник захворюваності 2012 р. (на 100 тис. дорослого населення) становив 53 682,2, а поширеності – 184 012,7 [6].

Результати опублікованих досліджень отримані в ході проведення регулярних досліджень за темою НДР кафедри «Теоретико-методологічні і організаційно-методичні проблеми здоров'я, фізичної реабілітації та корекційної педагогіки» (номер державної реєстрації 0107U002826) за напрямком «Теорія і практика формування культури здоров'я студентів, дітей, молоді в умовах освітнього простору».

Аналіз наукових досліджень. Фізична культура у вищих навчальних закладах (ВНЗ) є невід'ємною складовою формування загальної та професійної культури особистості, збереження та зміцнення здоров'я, організації та забезпечення здорового способу життя, підвищення рівня працездатності, створення умов для продовження активного творчого довголіття людини, а також зростання і вдосконалення її розвитку та використання набутих якостей в суспільній, трудовій та інших видах діяльності [4].

Аналіз наукової літератури свідчить, що проблема розвитку самостійності, як якості особистості студента, та самостійна робота студентів постійно знаходиться в центрі уваги вітчизняних та закордонних науковців [5]. На сьогодні доведено, що свобода вибору, самостійність у прийнятті рішень сприяє активному включенню студентів у процес фізичного самовдосконалення, підвищенню вимог особистості до самого себе. Однак, не достатньо висвітлені питання умов розвитку самостійності в заняттях фізичної культури [1].

Вивчення мотивів, які активізують прагнення підлітків до систематичних занять фізичною культурою і спортом є однією з важливих педагогічних проблем у фізичному вихованні, оскільки мотиви мають вирішальне значення в поведінці та стимуляції активної діяльності.

Є. П. Ільїн серед мотивів занять спортом виділяє загальні й конкретні. До перших відносяться бажання дитини займатись будь-яким видом спорту або фізичними вправами, до других відносяться бажання займатись тільки улюбленим видом спорту. На його думку, мотиви можуть бути спрямовані на процес діяльності (потреба в руховій активності, отримання вражень від спортивної діяльності) і на результат (прагнення до самовдосконалення, самоствердження, самовираження) [1].

Факторами, які визначають потреби, інтереси й мотиви включення студентів у фізкультурну діяльність, є стан матеріальної спортивної бази, спрямованість навчального процесу і зміст занять, рівень вимог навчальної програми, особистість викладача, власний стан здоров'я, частота проведення занять, їх тривалість та емоційне забарвлення [4].

Актуальність проведення дослідження підтверджується загальнодержавною цільовою соціальною програмою розвитку фізичної культури і спорту на 2012-2016 роки, яка передбачає залучення широких

верств населення до масового спорту, популяризації здорового способу життя та фізичної реабілітації.

Метою дослідження є визначення стану розвитку мотивації та самостійності студентів вищих навчальних закладів на заняттях фізичної культури на підставі суб'єктивної оцінки.

Виклад основного матеріалу дослідження. Для оцінки стану самостійності розроблено анкету «Анкета суб'єктивної оцінки самостійності на заняттях фізичної культури», яка містила 24 питання з встановленими варіантами відповіді та паспортну частину. В результаті дослідження обстежено 92 студенти 1-4 курсів Інституту педагогіки та практичної психології 2014 року на базі Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка.

Отримані дані підлягали математичній та статистичній обробці за допомогою прикладної програми „Statistica 6.0”.

За суб'єктивною оцінкою стан здоров'я студентів знаходиться на доброму рівні (59,8±5,1%). При цьому відмінним вважають своє здоров'я лише 10,9±3,2%, тоді як 28,3±4,5% студентів власне здоров'я оцінюють як «задовільне». Власну фізичну підготовку студенти оцінюють як «добру» у 54,3±5,2% і лише 3,3±1,9% студентів вважають її відмінною. «Недостатня» фізична підготовка встановлена у 42,3±4,9% студентів, що дає можливість орієнтувати на цих студентів цілий спектр засобів фізичної культури для підвищення фізичного здоров'я майбутнього працездатного населення країни.

Результати проведених досліджень дозволили встановити наявність базових знань щодо необхідності в заняттях фізичної культури під час набуття професійних навичок, про що свідчить 75±4,5% позитивних відповідей на питання «Чи вважаєте ви дисципліну Фізична культура необхідною при отриманні вищої освіти?»

При цьому студенти вважають, що заняття фізичної культури у ВНЗ повинні містити як обов'язкові так і факультативні варіанти проведення (50±5,2%). Однак, 29,3±4,7% студентів бажали б відвідувати обов'язкові заняття з фізичної культури, тоді як 20,6±4,2% студентів обирають факультативне відвідування занять з фізичної культури. При цьому 83,7±3,9% вважають, що рівень фізичного навантаження на заняттях фізичної культури відповідає достатньому.

Підтвердженням валеологічного напрямку мислення студентів є розуміння впливу фізичної культури на фізичний розвиток (46,7±5,2%), оздоровлення організму (36,9±5,1%), формування рухових умінь та навичок (10,9±3,2%) та розвиток спортивних навичок (5,4±2,4%).

Думка студентів щодо вибору часу занять з фізичної культури розділилася. Так, 36,9±5,03% студентів вважають за необхідне проводити заняття фізичної культури під час навчального дня. 32,6±4,9% студентів хотіли б відвідувати заняття фізичної культури не

залежно від навчальних занять, краще після їх завершення. 30,4±4,8% студентів обирають для занять фізичною культурою першу половину дня. При цьому, 58,7±5,1% студентів вважають, що їм достатньо базових занять з фізичної культури, тоді як, 23,9±4,5% студентів хотіли б мати більшу кількість занять з фізичної культури.

Найкращими місцями для проведення занять з фізичної культури є тренажерний зал (36,9±5,03%) та звичні спортивні зали для занять з фізичної культури (34,8±4,9%). 20,7±4,2% студентів обирають для занять фізичної культури спеціалізовані зали для спортивних ігор та гімнастики спорткомплексу Інституту фізичної культури. Найменша частка студентів обирає заняття для фізичної культури на свіжому повітрі – на стадіоні університету (7,6±2,8%).

Найбільший інтерес студентів до структурних частин уроку фізичної культури викликає розминка (70±6,4%), на відміну від складання нормативів (24±6%) та спортивних ігор (6±3,4%). При цьому, студентам більше подобаються заняття, якщо вони беруть участь у його проведенні (64±6,8%), на відміну від занять, де викладач керує повністю (26%) чи студенти проводять заняття під керівництвом викладача (10±4,2%).

На заняттях фізичної культури студентів не задовольняє оснащення інвентарем занять у 55,4±5,1%. 36,9±5,03% студентів вважають оснащення занять достатнім та 7,6±2,8% студентів знаходять його поганим. При цьому, 58,7±5,1% студентів вважають, що створення умов для занять фізичною культурою є недостатнім. На думку студентів, лише 8±3,8% викладачів не приділяють достатньої уваги викладу теоретичного матеріалу, тоді як, 92±3,8% викладачів – постійно, доступно та зрозуміло підтверджують практичні навички теоретичними знаннями та вміють викликати й підтримати інтерес до навчальної дисципліни.

Теоретична підготовка майбутніх вчителів повинна бути тісно пов'язана з практичною діяльністю, тому викладачі фізичної культури повинні звертати увагу студентів на основні аспекти використання отриманих знань у професійній та суспільній діяльності. Студенти відзначають, що 74±6,2% викладачів постійно навчають студентів використовувати отримані теоретичні знання в повсякденному житті вже сьогодні, тоді як, 22±5,7% викладачів ніколи звертають увагу на практичне застосування здобутих теоретичних знань, 4±2,7% – ніколи не вчили студентів використовувати свої теоретичні знання.

У свій вільний час студенти обирають заняття з фізичної культури в 57,6±4,1% випадків. При цьому, вони бажать займатися легкою атлетикою (32,6±4,8%) та спортивними іграми, зокрема футбол (23,9±4,5%) та баскетболом (17,4±3,9%). Інші види спортивної діяльності, такі як аеробіка, лижні гонки, теніс, волейбол обирають 26,1±3,2% студентів. 78,3±4,3% студентів позитивно ставляться до прове-

дення занять фізичної культури у формі туристичних походів.

Самостійність у заняттях фізичною культурою виявляється в бажанні відвідувати заняття незалежно від запізнення (69,6±4,8%), відсутності форми (68,5±4,7%). Однак, встановлені дані показують резерв студентів, які готові до занять фізичною культурою при створенні певних умов. Однією з таких умов є педагогічний прийом – створення педагогічного свята. При моделюванні ситуації створення спортивного свята 72,8±4,6% студентів готові допомагати у створенні свята, 16,3±3,9% студентів звернуться до друзів для кращої допомоги в організації свята, 4,3±2,1% – самі візьмуть на себе організацію свята і лише 6,5±2,6% студентів відмовляться від такої пропозиції.

Результати розподілу мотивів за рейтинговим місцем свідчать, що провідними мотивами є форма занять фізичною культурою у вигляді туристичних походів (78,3±4,3%), створення фізкультурних свят (72,8±4,6%) та навчання дисципліні та організованості (50±5,2%). До значимих мотивів відносяться підвищення фізичної підготовленості (46,7±5,2%), можливість занять фізичною культурою у сучасному тренажерному залі (36,9±4,7%).

Також, нами встановлена потенційні мотиви до занять фізичною культурою у вищому навчальному закладі, це – можливість займатися спортом (легка

атлетика, баскетбол, футбол) (32,6±4,9%), можливість спілкуватись з однолітками (23,9±4,5%), можливість виявити лідерські якості (17,4±3,4%).

Висновки. 1. Стан здоров'я та рівень фізичної підготовки студентів відповідає «доброму» (59,8±5,1%, 54,3±5,2%, відповідно). Встановлена структура спортивних вподобань: легка атлетика (32,6±4,8%), спортивні ігри, зокрема футбол (23,9±4,5%), баскетбол (17,4±3,9%). Інші види спортивної діяльності, такі як аеробіка, лижні гонки, теніс, волейбол обирають 26,1±3,2% студентів.

2. Провідними мотивами до занять фізичною культурою у вищому навчальному закладі є форма занять фізичною культурою у вигляді туристичних походів (78,3±4,3%), створення фізкультурних свят (72,8±4,6%) та навчання дисципліні та організованості (50±5,2%).

3. У результаті проведення дослідження встановлено умови розвитку самостійності: педагогічний прийом – делегування повноважень викладача фізичної культури на студента (організація проведення занять, вибір групи студентів щодо форми проведення занять, вибір часу проведення занять, організація фізкультурно-оздоровчої роботи та фізкультурних свят, змагань) та високий рівень дисципліни під час занять фізичною культурою (обов'язкові заняття, дисципліна та контроль за присутністю).

ЛІТЕРАТУРА

1. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2006. – 512 с.

2. Мосейчук Ю. Ю. Формування мотиваційних потреб студентської молоді до фізкультурної діяльності / Ю. Ю. Мосейчук // Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт) : наук. часоп. нац. пед. ун-ту ім. М.П. Драгоманова. Серія №15 : зб.наук. пр. за ред. Г. М. Арзютова. – К. : Вид-во НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2011. – С.400–403.

3. Подоляка А. Є. Мотивація студентів з низьким рівнем здоров'я до самостійних занять фізичним вихованням / А. Є. Подоляка, О. Є. Безніс // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2013 – №2. – С. 196–198.

4. Соколюк О. В. Мотивація студентів вищих навчальних закладів до занять фізичною культурою в

умовах інформаційного суспільства / О. В. Соколюк, О. В. Дуда // Наукові записки. Серія: Педагогіка. – 2012. – № 4. – С.164–168.

5. Шумаков О. В. Роль самостійності в сучасних оздоровчих технологіях фізичного виховання студентів / Шумаков О. В., Оксьом П. М // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2010. № 7. – С.115–118.

6. Щорічна доповідь про стан здоров'я населення, санітарно-епідемічну ситуацію та результати діяльності системи охорони здоров'я України за 2012 рік / за ред. Р. В. Богатирьової. – К., 2013. – 464 с.

REFERENCES

1. Ilin, E. P. (2006). *Motivatsiya i motivy [Motivation and motives]*. St. Petersburg: Piter [in Russian].

2. Moseychuk, Yu.Yu. (2011). Formuvannia motyvatsiinykh potreb studentskoi molodi do fizkulturnoi dialnosti [Formation of students' motivational needs for P.E. activities]. G.M. Arziutov (Eds.), *Naukovo-pedagogichni problemy fizychnoi kultury (Fizychna kultura i sport) – Scientific and pedagogical problems of physical culture (Physical culture and sports)*, 15, (pp. 400–

403). Kyiv: Vydavnytstvo NPU named after M.P. Dragomanov [in Ukrainian].

3. Podoliaka, A.Ye. & Beznis, O.Ye. (2013). Motyvatsiia studentiv z nyzkim rivnem zdorovia do samostiinykh zaniat fizychnym vykhovanniam [Motivating students with poor health to individual physical education]. *Slobozhanskyi naukovo-sportyvnyi visnyk – Sloboda Ukrainian Scientific and Sports Reporter*, 2, 196–198 [in Ukrainian].

4. Sokoliuk, O.V. & Duda, O.V. (2012). Motyvatsiia studentiv vyshchyykh navchalnykh zakladiv do zaniat fizychnoiu kulturoiu v umovakh informatsiinogo suspilstva [Motivating university students to physical exercise in information-oriented society]. *Naukovi zapysky. Seriya: Pedagogika – Proceedings. Part: Pedagogy*, 4, 164–168 [in Ukrainian].

5. Shumakov, O.V. & Oksom, P.M. (2010). Rol samostiinosti v suchasnykh ozdorovchykh tekhnologiiakh fizychnogo vykhovannia studentiv [The role of independence in modern health-giving technologies of students' physical education]. *Pedagogika, psykhologiya ta medyko-*

biologichni problemy fizychnogo vykhovannia i sportu – Pedagogy, Psychology and Medical and Biological Problems of Physical Education and Sport, 7, 115–118 [in Ukrainian].

6. Bogatyrova, R.V. (Ed.) (2013). *Shchorichna dopovid pro stan zdorovia naseleння, sanitarno-epidemichnu sytuatsiiu ta rezultaty diialnosti systemy okhorony zdorov'ia Ukrainy za 2012 rik [Annual report on the state of health, sanitary and epidemiological situation and the results of Ukrainian health-care system's work in 2012]*. Kyiv [in Ukrainian].

А. И. Головченко, И. Ф. Востоцкая, И. Л. Осипова

ОЦЕНКА МОТИВАЦИИ И САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ ВЫСШЕГО УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ

Поскольку проблема состояния здоровья трудоспособного населения требует поиска путей совершенствования физического здоровья, проведено исследование состояния мотивации и развития самостоятельности студентов высших учебных заведений на занятиях физической культуры на основании субъективной оценки. Для выполнения поставленной задачи опрошено 92 студента 1-4 курсов Института педагогики и практической психологии в 2014 году на базе Сумского государственного педагогического университета имени А. С. Макаренка. В результате исследования установлена структура спортивных предпочтений: легкая атлетика (32,6±4,8%), спортивные игры, в частности футбол (23,9±4,5%), баскетбол (17,4±3,9%). Состояние здоровья и уровень физической подготовки студентов соответствует хорошему (59,8±5,1%, 54,3±5,2%, соответственно). Ведущими мотивами к занятиям физической культурой в вузе есть форма занятий физической культурой в виде туристических походов (78,3±4,3%), создание физкультурных праздников (72,8±4,6%) и обучения дисциплине и организованности (50±5,2%). Условиями развития самостоятельности является педагогический прием – делегирование полномочий преподавателя физической культуры на студента и высокий уровень дисциплины во время занятий физической культуры.

Ключевые слова: самостоятельность, мотивация, физическая культура, студенты.

О. I. Holovchenko, I. F. Vostotska, I. L. Osypova

EVALUATION OF UNIVERSITY STUDENTS' INDEPENDENCE AND MOTIVATION TO EXERCISES

Physical education in higher educational establishment is an integral part of the formation of general and professional culture of personality; preserving and strengthening health; maintenance of healthy lifestyle; improvement of efficiency; creating conditions for continuing active creative longevity; and growth and improvement of its development and use of acquired skills in work, social and other activities. Studying motives that stimulate adolescents' striving for systematic exercise and sports is also an important pedagogical problem in physical education as long as motives are decisive in behavior and stimulation of activity. Since the problem of the health of the working population needs to find ways to improve physical health, the study of motivation and independence of university students in Physical Education classes has been carried out on the basis of subjective evaluation. To attain this objective 92 students of 1-4 courses of the Institute of Pedagogy and Experimental Psychology in Sumy State Pedagogical University named after A. S. Makarenko were interviewed. As a result of the study, the following structure of sports preferences has been established: athletics (32,6 ± 4,8%); sports games, particularly football (23,9 ± 4,5%), basketball (17,4 ± 3,9%). Health and fitness level corresponds to a good one (59,8 ± 5,1%, 54,3 ± 5,2%, correspondently). The most highly motivated form of physical training in high school is the form of hiking (78,3 ± 4,3%), the creation of sports events (72,8 ± 4,6%) and learning discipline (50 ± 5,2%). The development of students' independence is attained by means of such pedagogical device as delegation of PE teacher's authorities to a student.

Keywords: independence, motivation, physical education, students.

Подано до редакції 27.08.14