

## СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ ДО ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ В ПРОЦЕСІ ЇХ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

**Актуальність.** Відродження національної освіти відбувається, в першу чергу, через педагогічні кадри. Вчитель виконує важливу соціальну функцію – здійснює духовний, розумовий, фізичний розвиток і виховання нової людини. Його праця спрямована не лише на організацію навчально-пізнавального процесу, а й організацію позааудиторної, оздоровчої діяльності учнів, систематичне вирішення нових завдань формування рис активного громадянина. Тому основні напрями реформування сучасної професійної школи вимагають ефективних шляхів оптимізації професійної підготовки майбутніх учителів, завданням яких є не тільки оволодіння фундаментальними професійними знаннями, а й сприяння становленню культури здоров'я, вихованню фізично, психічно і духовно здорового громадянина держави [1, 6].

Одним із важливих завдань вищих навчальних закладів є формування активності майбутнього вчителя до фізкультурної діяльності, яка зумовлює прояв ініціативності, цілеспрямованості, рішучості, є важливим засобом поліпшення фізичного, психічного здоров'я і, в той же час, одним із показників ефективності процесу професійної підготовки, оскільки ставлення учителя до фізкультурної діяльності проектується на учнів, є прикладом для наслідування [5].

Найбільш продуктивним підходом до розробки цієї проблеми є дослідження внутрішніх резервів активності особистості студента як суб'єкта навчальної та професійної діяльності. Одним із основних джерел активності особистості є стимули, що надають процесу фізичного виховання дієву спрямованість і суб'єктивно значиму позитивність. Тому формування фізичної культури майбутнього фахівця – це, насамперед, проблема стимулювання активності студентів вищих педагогічних навчальних закладів до свідомої, особистісно-значущої фізкультурної діяльності.

Дослідження психолого-педагогічної літератури дозволило встановити, що проблему активності особистості та напрями її формування у процесі навчальної діяльності досліджували такі психологи, як: М. Боришевський, Н. Галкіна, Ю. Міславський, Р. Пономарьова, А. Кульчицька та педагоги: Є. Антіпова, В. Гурін, П. Ключник, А. Комков, Л. Кулигіна, В. Лозова, С. Собко.

Окремі аспекти досліджуваної проблеми були предметом вивчення та аналізу. Так, питання мотиваційно-ціннісного ставлення до фізкультурної діяльності розглядали А. Ковальов, Г. Лещенко, С. Сичов, О. Смакула, Є. Столітенко та ін.; велике значення для розуміння дії і взаємодії потреб, мотивів і цілей особистості, механізми їх формування в процесі педагогічної діяльності мають роботи В. Бальсевича, М. Віленського, О. Дубогай, В. Ільїна, В. Новосельського, М. Симонова, Б. Шияна та ін.; питання формування потреб фізичного вдосконалення у студентів вищих педагогічних навчальних закладів розглянуті у роботах О. Внукова і П. Щербака.

Стаття написана за результатами дослідження на тему «Педагогічні умови стимулювання активності студентів вищих педагогічних навчальних закладів до фізкультурної діяльності». Робота виконана у відповідності до плану НДР Кіровоградського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка.

#### **Формування цілей роботи.**

Метою нашої роботи є дослідження та аналіз ставлення студентів до фізкультурної діяльності у процесі їх фізичного виховання.

#### **Результати дослідження.**

Фізкультурну діяльність можна визначити як різнобічну діяльність людини у сфері фізичної культури, що спрямована на реалізацію суспільно та особистісно значимих потреб у фізичному вдосконаленні [2, 3]. Її структурними компонентами є пізнавальна, організаторська, пропагандистська, інструкторсько-педагогічна, суддівська діяльність і власне заняття фізичною культурою та спортом.

Стимулювання у студентів активності до фізкультурної діяльності вимагає врахування у навчальному процесі таких напрямів впливу відповідного предмету на людину: особистісного (формування адекватної самооцінки, позитивної Я-концепції, розвиток гуманістичної спрямованості студента), професійного (оволодіння елементами професійної техніки), профілактичного (оволодіння прийомами і засобами попередження професійних захворювань), активізуючого (підвищення тону організму, працездатності), релаксуючого (засвоєння прийомів релаксації, подолання м'язових бар'єрів), соціального (засвоєння навичок міжособистісної взаємодії, вмінь роботи в командах) тощо [4].

Факторами, що визначають потреби, інтереси і 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 тощо (табл. 1.).

**Таблиця 1**

#### **Об'єктивні фактори включення студентів у фізкультурну діяльність (395 студентів), %**

Фактори	Курс		
	I	II	III
Стан матеріально-спортивної бази	12,4	13,8	16,2
Зміст занять	22,8	20,7	20,5
Вимоги навчальної програми	8,4	10,3	12,4
Особистість викладача	36,3	34,6	35,0
Стан здоров'я	45,7	51,7	53,2
Частота та тривалість занять	13,8	10,3	9,8
Емоційне забарвлення	22,4	17,2	16,8

Отримані дані свідчать про те, що основним фактором включення студентів у фізкультурну діяльність є стан здоров'я, причому з переходом від

курсу до курсу цей показник стає все більш значущим. Не менш важливим за значенням фактором є особистість викладача, який залишається практично не змінним на всіх курсах навчання. Майже рівноцінними є фактори «зміст занять» та «емоційне забарвлення», оскільки, на нашу думку, саме зміст занять є одним із чинників, що визначають його емоційність. Найнижчим, за оцінкою студентів, фактором включення у фізкультурну діяльність є частота та тривалість занять.

У процесі дослідження вивчався вплив причин функціонально-оздоровчого характеру на обмеження участі студентів у фізкультурній діяльності. Результати наведено у табл. 2.

На перших курсах студенти одне із чільних місць відводять причині, пов'язаній зі втомою від напруженої навчальної праці, що пояснюється перебудовою їх життєвих стереотипів. У той же час, це свідчить про їх слабку освітню підготовку, відсутність уявлень стосовно можливостей фізичних вправ зменшувати втому від розумової праці.

**Таблиця 2.**

**Причини функціонально-оздоровчого характеру, що обмежують участь студентів у фізкультурній діяльності, рангове місце**

Причини	Курс		
	I	II	III
Втомлююсь після навчання	1	2	2
Слабке здоров'я	5	3	1
Немає переконання у позитивному впливі занять на здоров'я	3	4	4
Не бачу переваг у стані здоров'я в тих, хто займається	4	5	3
Почуваю себе здоровим, тому не бачу необхідності у заняттях	2	1	5

З цієї ж причини студенти не володіють зворотнім зв'язком, що розкриває позитивні зміни в стані здоров'я під впливом систематичних занять фізичними вправами. Лише на старших курсах, коли починають прогресувати деякі хронічні захворювання, що обмежують їх працездатність, оцінка значущості занять стає більш високою.

Для того, щоб мати уяву стосовно думки студентів про доцільний обсяг організованої і самостійної рухової активності упродовж тижня, було проведено анкетування з наступним аналізом зібраного матеріалу. Результати наведено в таблиці 3.

Дані табл. 3 свідчать, що декларативно студенти більше часу відводять самостійним заняттям, ніж організованим. При опитуванні передбачалось, що до самостійних занять входить ранкова гімнастика як найбільш проста і доступна форма рухової активності. При з'ясуванні витрат часу на ранкову гімнастику у життєдіяльності студентів, встановлено, що поступово, від курсу до курсу, при декларативно зростаючому розумінні необхідності включення

ранкової гімнастики у режим дня, реальні витрати часу на неї поступово знижуються.

**Таблиця 3.**

**Побаження студентів стосовно регулярності проведення фізкультурних занять на тиждень (395 студентів), %**

<b>Кількість занять на тиждень</b>	<b>Організовані</b>	<b>Самостійні</b>
1-2	55,2	13,7
3-4	33,4	34,8
5-6	11,4	51,5

При з'ясуванні думки студентів щодо раціональної тривалості позааудиторних занять (за винятком ранкової гімнастики) встановлено, що їх мінімальну тривалість (до 30 хв) обрало: для організованих занять – 52,1 % (206), для самостійних – 29,2 % (115) студентів; до 60 хв – відповідно 27,1 (107) і 34,2 (135); до 90 хв – 17,2 (68) і 23,5 (93); до 120 хв – 3,7 % (15) і 13,0 % (51).

Розглянутий матеріал необхідний, на нашу думку, передусім для того, щоб викладачі з більшою обґрунтованістю і надійністю будували стратегію і тактику процесу стимулювання активності студентів до фізкультурної діяльності.

У ході теоретичного дослідження нами було встановлено критерії, за якими визначалась активність студентів до фізкультурної діяльності: ставлення до навчальної дисципліни «Фізичне виховання»; сформованість мотивів фізкультурної діяльності; систематичність самостійних занять фізичними вправами; динаміка фізичного розвитку студентів упродовж формуючого експерименту.

Одним із критеріїв активності студентів до фізкультурної діяльності є їх ставлення до занять фізичними вправами. Визначення ставлення до занять фізичними вправами здійснювалось у процесі спостережень та аналізу різноманітних ситуацій на академічних заняттях, у процесі проведення позааудиторних фізкультурно-оздоровчих заходів, бесід із студентами тощо. Основними показниками ставлення студентів до занять фізичними вправами є: 1) ступінь ініціативи, самостійність у процесі виконання фізичних вправ, додаткове виконання підходів при навчанні або вдосконаленні рухової дії; 2) участь студентів у спортивно-масових заходах, що проводяться у ВНЗ упродовж навчального року; 3) заняття у групах спортивного удосконалення; 4) рівень знань з фізичної культури; 5) здатність до адекватної взаємо- та самооцінки процесу і результатів засвоєння програмного матеріалу; 6) здатність студентів до самоконтролю.

З урахуванням перелічених вимог студентська молодь розподіляється на п'ять основних груп за їх ставленням до занять фізичними вправами: з активно-позитивним ставленням; з пасивно-позитивним ставленням; з байдужим ставленням; з пасивно-негативним ставленням; з активно-негативним ставленням

[3, 4].

Завдання викладача вищої школи полягає в тому, щоб забезпечити поступову трансформацію ставлення до фізичного виховання у студентів вищих педагогічних навчальних закладів з активно-негативного в активно-позитивний, оскільки відомо, що найвищих результатів досягають ті студенти, у яких сформоване саме таке ставлення до фізкультурної діяльності.

#### **Висновки.**

1. Дані експериментального дослідження свідчать про необхідність збільшення обсягу часу, призначеного для секційної та самостійної роботи студентів з фізичного виховання.

2. У практиці викладання відповідної навчальної дисципліни важливим завданням є удосконалення методики викладання фізичного виховання студентів, оскільки більшість респондентів відзначили своє позитивне ставлення до фізичної культури та спорту завдяки впливу викладача фізичного виховання.

3. На академічних заняттях важливо постійно забезпечувати пізнавальну, емоційно-змагальну атмосферу, завдяки якій студенти на заняттях мають можливість не тільки фізично розвиватись, а й отримувати нові знання та позитивні емоції.

Подальші дослідження передбачається провести у напрямку вивчення ефективності впливу експериментальної програми на стимулювання активності студентів вищих педагогічних навчальних закладів до фізкультурної діяльності.

#### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Вигман С.Л. Педагогика в вопросах и ответах: Учеб. пособие. – М.: ТК Велби, изд-во Проспект, 2004. – 208 с.
2. Виленський М.Я. Физическая культура в научной организации процесса обучения в высшей школе: Учебное пособие. – М.: Высш. шк., 1982. – 124 с.
3. Виленський М.Я., Беляева В.А. Физическая культура в самовоспитании личности будущего учителя: Учебное пособие / Под общей редакцией Сластенина В.А. – М.: МГПИ им. В.И. Ленина, 1985. – 60 с.
4. Виленський М.Я., Сафин Р.С. Профессиональная направленность физического воспитания студентов педагогических специальностей: Учеб. пособие. – М.: Высш. шк., 1989. – 159 с.
5. Котов Є.О. Підготовка студентів вищих закладів освіти до самостійних занять фізичними вправами: Автореф. дис... канд. пед. наук: 24.00.02. / Харк. держ. акад. фіз. культури. – Харків, 2003. – 23 с.
6. Круковский Г.И. Профессионально-прикладная физическая подготовка будущих специалистов // Управление якістю професійної освіти. – Донецьк: ТОВ «Лебідь», 2001. – С. 191-194.