

ВІДНОШЕННЯ СТУДЕНТІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ТА НЕ ЗАЙМАЮТЬСЯ СПОРТОМ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМ ВИХОВАННЯМ

Марченко О.Ю.

Полтавський університет споживчої кооперації України

Анотація. Представлені та проаналізовані результати анкетування студентів. Сформовані групи студентів II курсу (які виявили бажання займатися футболом, фітнесом і пауерліфтингом). Студенти, які не обрали вид спорту, займалися за базовою програмою. Розглянута проблема визначення рейтингу серед видів педагогічного контролю і самоконтролю студентів. Для утворення оптимальних умов організації учбово-виховного процесу необхідно використовувати підхід уникнення факторів, що лімітуються і впливають на відношення студентів до цього процесу.

Ключові слова: фізвиховання, відношення, студенти, анкетування, контроль.

Аннотация. Марченко О.Ю. Отношение студентов, которые занимаются и не занимаются спортом к занятиям физическим воспитанием. Представлены и проанализированы результаты анкетирования студентов. Сформированы группы студентов II курса (которые изъявили желание заниматься футболом, фитнесом и пауэрлифтингом). Студенты, которые не выбрали вид спорта, занимались по базовой программе. Рассмотрена проблема определения рейтинга среди видов педагогического контроля и самоконтроля студентов. Для образования оптимальных условий организации учебно-воспитательного процесса необходимо использовать подход избегания факторов, которые лимитируются и влияют на отношение студентов к этому процессу.

Ключевые слова: физвоспитание, отношение, студенты, анкетирование, контроль.

Annotation. Marchenko O.U. Attitude of students who go and don't go in for sport and physical culture. Results of questioning of students are presented and analysed. Groups of students II a rate (which have expressed desire to be engaged in football, fitness and powerlifting) are generated. Students who have not selected a kind of sports, were engaged under the base program. The problem of determination of a rating among kinds of pedagogical monitoring and selfverification of students is construed. For formation of optimum conditions of organization of teaching and educational process it is necessary to use the approach of avoiding of factors which are limited and influence the relation of students to this process.

Keywords: students, training, attitude to physical culture, control.

Вступ.

За останні роки обсяг навчального навантаження студентів ВНЗ настільки зріс, що через малорухомість, обмеження м'язових зусиль, що є причиною захворювань різних систем організму [1, 2, 4, 5]. Згідно результатів щорічного медичного огляду, кількість студентів, віднесених до спеціальної медичної групи, з кожним роком зростає у два рази, кількість студентів, які мають порушення постави, досягає 80 % від загальної кількості студентів.

Однією з основних причин, які впливають на стан здоров'я студентської молоді є спосіб життя, в якому чималу роль відіграє дефіцит рухової активності.

Фізичне виховання, як учбова дисципліна у ВНЗ має за ціль не тільки вирішувати освітні, оздоровчі та виховні задачі, а й формувати ціннісне відношення до свого здоров'я, здорового способу життя та інтересу до рухливої активності у всіх різноманітних формах і видах її виявлення.

В останніх дисертаційних дослідженнях [6, 7, 8] наведені приклади, як організація фізичного виховання студентів в групі за інтересом до виду спорту підвищує мотивацію до занять, впливає на систематичність їх відвідування і сприяє підвищенню фізичної підготовленості.

Дослідження В.В. Савчука, В.В. Дудорова [3, 7] свідчать, що потреби, мотиви та інтереси у галузі фізичного виховання мають свої особливості і пов'язані з психологічним розвитком, соціальним формуванням особистості, темпераментом студентів.

Відвідування занять студентами з фізичного виховання може сприйматися з різних позицій і знаючи відношення до цього предмету можливо, в певному ступені, покращувати процес з фізичного виховання.

Дослідження виконано згідно „Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2006 – 2010 рр.” Міністерства України з питань сім'ї, молоді та спорту за темою 3.1.2. п. „Науково-методичні основи удосконалення викладан-

© Марченко О.Ю., 2009

ня дисципліни „Теорія і методика фізичного виховання”. Номер держреєстрації 0106U010782. Роль автора заключається у визначенні відношення студентів різних відділень до занять фізичним вихованням.

Мета, завдання роботи, матеріал і методи.

Мета дослідження: вивчення відношення до предмету фізичне виховання студентів, що обрали групи за видами спорту.

Методи дослідження: аналіз літературних джерел, спостереження, анкетування, математичний аналіз.

Організація дослідження: були сформовані групи студентів II курсу (які виявили бажання займатися футболом, фітнесом і пауерліфтингом (E_1 , E_2 і E_3 відповідно). Студенти, які не обрали вид спорту, займалися за базовою програмою (К група).

Заняття з фізичного виховання проводились протягом навчального року. Анкетування проводилось на початку року (вересень) і в кінці (травень).

Результати дослідження.

Вивчення відношення до предмету фізичне виховання, здійснювалося анкетною методикою. Для аналізу обрано 16 відповідей. Оцінка стверджень здійснювалася по п'ятибальній системі за принципом наближення або віддалення від задовільної відповіді, чим ближче до 1, тим оцінка більш задовільна до якісної або змістовної сторони процесу фізичного виховання.

Відповіді студентів на початку навчального року відображають їх відношення до предмету фізичне виховання, яке сформоване на основі вражень від занять на I курсі, вони, вірогідно, полягли в основу їх вибору певного виду спорту або ж небажання здійснювати цей вибір. Про це свідчить відповідь на дев'яте питання табл. 1, чи бажали б студенти займатися вправами за вибором або ні. Контрольна група має найбільший бал – 3,1, який наближається до категорії „ні”. На той час як студенти вже були прихильні до відповіді „так” (2,1 – 2,3 бали). Таким чином студенти здійснили свій вибір займатися фізичним вихованням на базі певного виду спорту добровільно.

Однак тут потрібно враховувати і те, що спеціального відбору з урахуванням придатності, спортивної обдарованості не проводилося. У плані фізичної підготовки групи були доволі різноманітні, але нас цікавили в більшій мірі мотиваційні фактори, які об'єднували студентів, систематичність занять, зацікавленість у додаткових заняттях, та через рухову активність формування усвідомленої потреби у способі життя та у фізичному здоров'ї.

На початку навчального року всі студенти, приблизно на одному рівні, від 1,9 до 2,3 бали, оцінювали предмет фізичне виховання як цікавий. Причому студенти контрольної групи оцінювали його вище (2,1 бали), ніж групи E_2 (2,3 бали). У кінці навчального року зацікавленість до предмету у контрольній групі декілька зменшився (2,6 бали), в той час як у експериментальних групах на 0,5 бали підвищився. Це підтверджується і таким ствердженням, що подобається як проводяться заняття (2 питання табл. 1). На почат-

ку року у найбільшій мірі не були задоволені якістю занять студенти групи E_2 (2,7 бали) і E_3 (2,4 бали), а також змістом занять (питання 3) – E_2 (3,1 бали), E_3 (3,4 бали). У кінці року оцінка проведення занять покращилася в експериментальній групі з фітнесу на 0,8 бали, а у контрольній групі погіршилися на 0,7 бали. Звертає на себе увагу оцінка ствердження 3, навіть при умові вибору виду спорту, не всі вправи цікаві студентам. У футболістів оцінка погіршилася на 1 бал, а у студентів, які займаються фітнесом і пауерліфтингом, хоча і покращилися відносини до вправ, які пропонуються, але все одно вони знаходяться у межі 2,5 – 2,9 балів. У контрольній групі незадоволеність, запропонованими на заняттях вправами підвищилася з 2,5 до 3,1 бала. Вірогідно, у процесі занять з видів спорту, використання викладачами спеціальних вправ, які направлені на розвиток фізичних якостей, зменшує зацікавленість студентів. Їх приваблює в більшій мірі форма рухів, ігровий, змагальний процес, а не рутин-

№ п/п	Якісні сторони процесу фізичного виховання	Групи студентів															
		E_1 (футбол)				E_2 (фітнес)				E_3 (пауерліфтинг)				К			
		до		після		до		після		до		після		до		після	
X	S	X	S	X	S	X	S	X	S	X	S	X	S	X	S		
1	Даний предмет цікавий	1,9	0,2	1,6	0,3	2,3	0,3	1,8	0,2	2,1	0,1	1,6	0,2	2,1	0,3	2,6	0,2
2	Подобається, як проводять заняття	1,9	0,1	1,8	0,2	2,7	0,2	2,9	0,4	2,4	0,2	2,0	0,1	2,0	0,2	2,7	0,3
3	Цікаві всі вправи	1,7	0,1	2,7	0,1	3,1	0,3	2,5	0,3	3,1	0,3	2,9	0,2	2,5	0,3	3,1	0,3
4	Викладач цікаво показує та пояснює вправи	1,1	0,2	1,9	0,2	2,5	0,3	2,2	0,3	2,5	0,1	2,3	0,1	2,5	0,3	2,5	0,2
5	Отримую задоволення на заняттях	1,6	0,3	1,9	0,2	2,5	0,3	1,8	0,2	2,3	0,1	1,9	0,2	2,1	0,2	2,3	0,3
6	Заняття сприяють розвитку загальної культури	1,4	0,3	2,6	0,1	2,2	0,2	1,7	0,2	2,2	0,2	1,8	0,2	2,0	0,2	2,1	0,2
7	Заняття сприяють покращенню здоров'я	1,6	0,2	1,2	0,3	2,2	0,2	1,5	0,2	1,9	0,2	1,4	0,2	1,3	0,2	1,9	0,2
8	Фізичні навантаження адекватні моему стану	2,2	0,2	1,3	0,2	2,1	0,2	1,4	0,2	2,0	0,2	1,1	0,1	1,9	0,2	2,0	0,2
9	Хотів би займатися вправами за вибором	2,4	0,2	1,3	0,3	2,1	0,1	1,5	0,2	2,3	0,1	1,7	0,3	3,1	0,1	2,3	0,2
10	Хочу займатися обраним видом додатково в секції	1,4	0,1	2,4	0,2	1,8	0,1	2,7	0,1	1,2	0,3	2,1	0,2	1,5	0,2	2,2	0,3
11	Хочу займатися додатково іншим видом	3,7	0,3	1,7	0,3	4,3	0,3	2,0	0,2	4,5	0,2	1,9	0,2	2,3	0,3	2,9	0,2
12	Для контролю за ФП обрав би:																
	- антропометричні виміри;	3,5	0,3	2,8	0,1	2,7	0,2	1,2	0,2	2,4	0,3	1,4	0,2	2,2	0,3	1,9	0,3
	- функціональні проби;	3,9	0,2	2,2	0,2	2,9	0,1	2,0	0,2	3,8	0,2	2,3	0,2	2,4	0,2	2,1	0,2
	- тести з ОФП;	2,2	0,2	3,4	0,1	2,6	0,2	3,7	0,1	2,9	0,1	4,1	0,3	2,9	0,2	3,4	0,3
	- контрольні вправи з виду спорту;	1,9	0,1	2,6	0,2	4,1	0,3	2,4	0,3	2,6	0,1	2,4	0,2	-	-	-	-
	- самоопис фізичного розвитку	4,1	0,4	3,9	0,3	4,4	0,2	2,3	0,3	3,1	0,3	3,0	0,3	2,5	0,2	1,8	0,2

на фізична робота, яка притаманна тренувальному процесу. У той же час, студенти експериментальних груп почали отримувати більш задоволення на заняттях. Їх оцінка ствердження (№ 5) підвищилась у групі E₂ з 2,5 до 1,8 бали, у групі E₃ з 2,3 до 1,9 бали, у групі E₁ знизилася до 1,9 бала, але знаходиться на одному рівні з іншими групами.

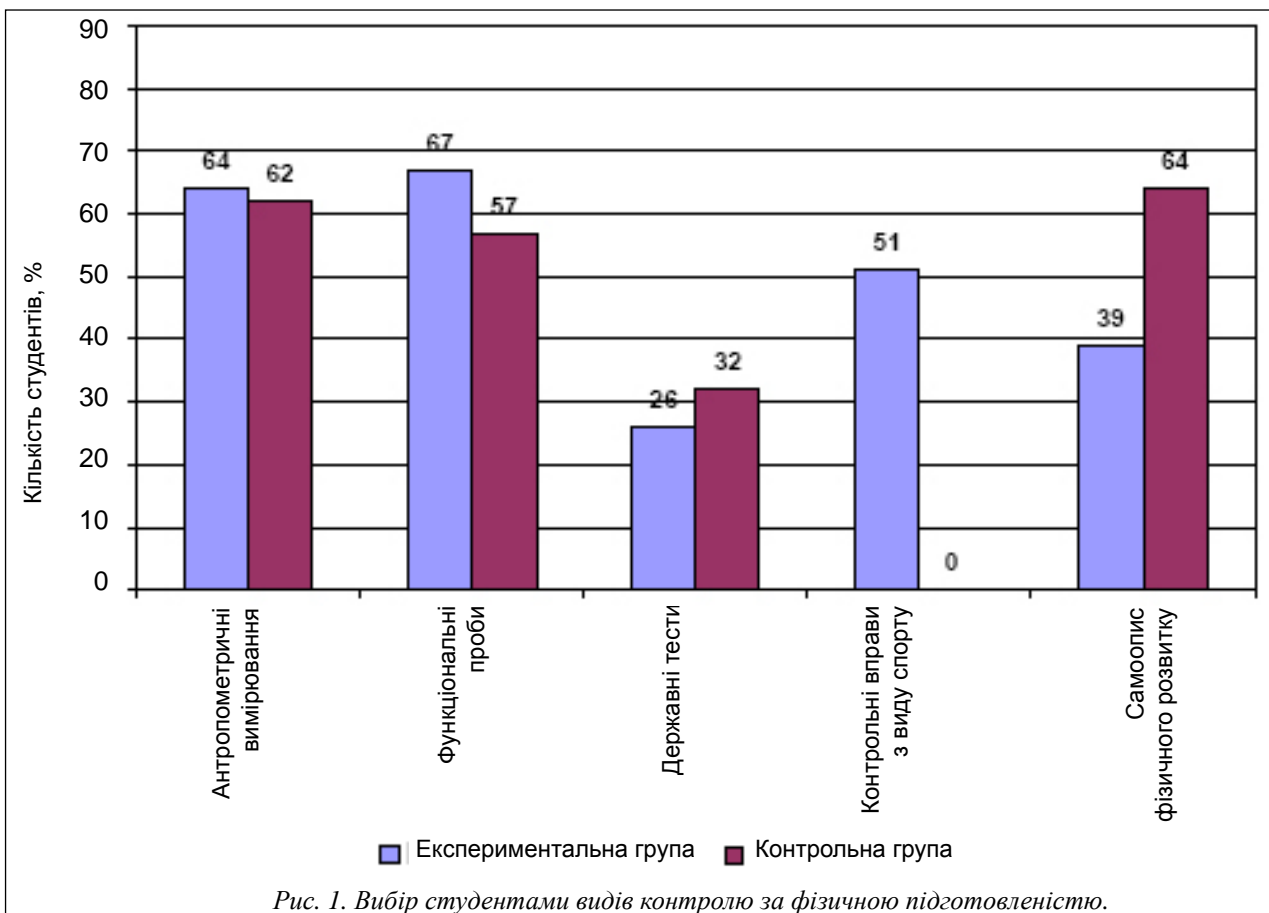
З приводу задовільного впливу занять з фізичного виховання на загальну культуру закріпилася думка студентів, які займаються фітнесом та пауерліфтингом (з 2,2 бали до 1,7 та 1,8 бали) та навпаки, змінилася думка студентів які займаються футболом (з 1,4 бали до 2,6 бали). Вірогідно, тут має місце суб'єктивний фактор, який пов'язаний з особистістю викладача, в чому свідчать погіршені оцінки змісту на заняття (№ 3), пояснення та показу вправ викладачем (№ 4), отримання задоволення від занять (№ 5).

Однак, думка про те, що заняття сприяють зміцненню здоров'я, у студентів отримує більш високу оцінку у всіх експериментальних групах (№ 7), що пов'язано з суб'єктивним відчуттям покращення свого фізичного стану. Це підтверджує наступна відповідь оцінки адекватності фізичних навантажень на заняттях. Якщо на початку навчального року адекватність фізичних навантажень оцінювалась на 2,0 – 2,2 бали, то у кінці навчального року на 1,1 – 1,4 бали у експериментальних групах.

У контрольній групі оцінка фізичних навантажень ближче до нейтральної (1,9 – 2 бали). Бажання займатися обраним видом спорту відстежується відповіддю на 10 та 11 питання. На початку навчального

року близько 80% студентів експериментальних груп виявили бажання займатися цим же видом спорту додатково у секціях, а в кінці навчального року їх вже стало 50%. Але займатися додатково іншим видом спорту збільшилося більш ніж у три рази з 14% до 60%. Дані результати можуть призвести до певних висновків. По-перше, інтерес до обраного виду спорту може бути менш ніж у 50% студентів, решта керувалася іншими доводами, які пов'язані із зацікавленістю, зовнішньою атрибутикою процесу, популярністю цього виду, заохоченням зі сторони оточуючих, за компанію з друзями та ін., що само по собі не є негативним фактором, а сприяє залученню до організованих занять фізичними вправами, підвищення рухової активності. По-друге, для підтримки бажання займатися регулярно фізичними вправами не потрібно запобігати переходу студентів у навчальні групи з інших видів спорту впродовж навчального року (у кінці семестру). По-третє, ціль занять фізичним вихованням носить оздоровчий характер і зайва спортизація процесу не завжди відповідає мотивам занять студентів, а саме зміцнення здоров'я, покращення фігури, отримання задоволення від рухової активності, спілкування з друзями, що веде до зменшення інтересу до занять обраним видом спорту.

Про це свідчить і вибір студентами засобів контролю за фізичною підготовленістю (рис. 1). Після занять з фізичного виховання на базі визначеного виду спорту думка студентів з приводу доцільності засобів контролю фізичної підготовленості змінилося, вірогідно з урахуванням вимог підготовки.



Висновки.

Для утворення оптимальних умов організації учбово-виховного процесу фізичного виховання у вузі необхідно використовувати підхід уникнення факторів, що лімітуються і впливають на відношення студентів до цього процесу, який заснований на свободі вибору видів рухової активності, цілі занять фізичними вправами, видів педагогічного контролю та самоконтролю.

Результати формуючого природного експерименту показали, що студенти дослідницьких груп, які обрали футбол, фітнес, пауерліфтинг підвищили на 0,8 балів задоволеність від занять фізичним вихованням у кінці навчального року, а контрольна група знизила задоволеність від занять на 0,7 балів. Була закріплена думка студентів, які займаються спортом за інтересом, про позитивний вплив занять на загальну культуру (у середньому на 0,4 бали).

Вивчаючи думку студентів, був визначений рейтинг видів контролю. У студентів експериментальних груп, вони розташувалися у наступному порядку: функціональні спроби (67 %), антропометричні виміри (64 %), контрольні вправи з виду спорту (51 %), самоконтроль (39 %), державні тести (26 %). У студентів контрольної групи на 1-му місці – самоконтроль (64 %), на 2-му – антропометричні виміри (62 %), 3-є – функціональні спроби (57 %), на 4-му державні тести (32 %).

Наступні дослідження мають спрямовуватися на визначення ціннісних пріоритетів студентів різних відділень, як у сприйнятті фізичного „Я” так і фізичної культури в цілому.

Література:

1. Апанасенко Г.Л. К проблеме трактовки механизмов восстановления физической нагрузки // Теория и практика физической культуры. – 1995. - № 6. – С. 49-52;
2. Возний С.С. Фізична реабілітація студенток, хворих на нейроциркулярну дистонію за кардіальним типом: дис. на здоб. ступеня канд. Наук з фіз. вих.: 24.00.03. Фізична реабілітація / С.С.Возний. – Львів, 2008. – 20 с.
3. Дудуров В.В. Формирование ценностных ориентаций в сфере физической культуры: дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук: 13.00.04 „Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры”/ Дудуров Владимир Валентинович. – Санкт-Петербург, 2000.
4. Захарина Е.А. Формирование мотивации к двигательной активности в процессе физического воспитания студентов высших учебных заведений: дис. На соиск. ученой степени канд. наук по физ.восп. и спорту: 24.00.02. Физическая культура, физическое воспитание разных групп населения (Е.А. Захарина. – Киев, 2008. – 22 с.
5. Носков В.І. Основи психогігієнічного забезпечення прианістично орієнтованої професійної підготовки студентів: дис. на здоб. наук. ступ. доктора психол. наук: 19.00.02 – психофізіологія / В.І.Носков – Київ, 2002. – 30 с.
6. Подлесний О.І. Самоконтроль у фізичному вихованні як засіб підвищення мотивації до професійно-прикладної фізичної підготовки студентів – судноводіїв: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд.наук з фіз. виховання і спорту: спец. 24.00.02 „Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення”/ О.І. Подлесний. – Київ, 2008. – 23 с.;
7. Савчук В.В. Формування мотивів до занять фізичною культурою у студентів педагогічного вузу: дис. на здобуття вченого ступеня канд. пед. наук: 13.00.08 „Теорія і методика професійної освіти”/ Савчук Валерій Володимирович. – Комсомольськ, 2002;
8. Турчина Н.І. Педагогічні особливості моделей фізичного виховання студентів вузів на різних курсах навчання: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фізичного виховання і спорту: спец. 24.00.02 „Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення” / Н.І. Турчина. – Київ, 2009

Надійшла до редакції 15.06.2009р.
o.mar4enko@rambler.ru