

3. Булич Э.Г. На пути познания сущности здоровья: достижения и опасности / Э.Г. Булич, И.В. Муравов. – Довкілля та здоров'я, 2011. - №1 (56). – С. 36-44
4. Драчук А. Соціально-психологічний портрет студентів за роки становлення України, як самостійної держави // Теорія і методика фіз. виховання і спорту. – 2005. - №4. – С. 84-86
5. Kolichestvennaya otsenka urovnya fizicheskogo (somaticheskogo) zdorovya naseleniya i differentsirovannyye rekreatsionno-ozdorovitelnyie rezhimy praktike preventivnoy meditsiny / V.V.Klapchuk, S.D.Loshkareva, Yu.N.Noschenko, Yu.N.Kravchenko. – Dnepropetrovsk: KrMI, Obl. Dom sanpr., 1994. – 35 s.
6. Круцевич Т.Ю. Управління процесом фізичного виховання / Т.Ю.Круцевич, В.В.Петровський. – К.: Олімпійська література, 2008. – 379 с.
7. Kuper K. Novaya aerobika / Kuper K. – Per. s angl. – М.: Fizkultura i sport, 1979. – 124 s.
8. Сергієнко Л.П. Комплексне тестування рухових здібностей людини / Сергієнко Л.П. – Миколаїв: УДМТУ, 2001. – 360 с.
9. Andersen K.-L. et al. Habitual physical activity and health / Andersen K.-L – Copenhagen: WHO, 1978
10. Райтерер Ф. В кн. «Лечебная физическая культура»: справочник. – М.: Медицина, 1988. – С. 38

Філатова З.І.

Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

### ВИВЧЕННЯ ВМОТИВОВАНОСТІ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ ДО ОТРИМАННЯ НАВИЧКИ ПЛАВАТИ ЯК ЧИННИКА ЕФЕКТИВНОГО НАВЧАННЯ

*У роботі розглянуто мотиваційні спрямування студентів спеціальної медичної групи до отримання навички плавати.*

**Ключові слова.** Мотиваційні спрямування, студенти спеціальної медичної групи, хронічні захворювання, навчання плавання, безпека життєдіяльності.

**Філатова З. І.** В статье рассмотрено мотивацию студентов специального медицинского отделения к обучению плаванию с целью эффективного обучения.

**Ключевые слова:** мотивационные устремления, студенты специально медицинского отделения, хронические заболевания, обучения плаванию.

**Filatova Z.I. Estimation of students of special medical groups motivation to acquiring swimming skills.** This article contains estimation of motivation students of special medical groups to learn to swim, depending on their diseases health problems and security principles.

*Evaluation of determination motivational orientations for teaching students of special medical groups, taking note of their diseases and phobias during classes lessons; focusing students' interests on swim studding safety; physical and psychological readiness to new learning process of swimming. Noted, that the necessity to learn to swim haven't caused any doubts for these students, despite appearing some fears of unexpected situations during staying in water. Understanding of healthy influence of swimming exercises on human body and meaning of swimming in everyday life, opportunity to feel like a "new" and so on were defined as the motivational factors.*

*Motivational orientation for students of special medical groups motivations, who haven't learned swimming yet for various reasons, was found during estimation of their inspirational values.*

*During the evaluation process was made the sociological and educational surveys for students that have special medical needs which reveal their motivational values to gain swimming skills, according to their diseases, interests about safe swimming process; physical and psychological readiness of students to learn a new process for them. It should be noted that the students that have special medical needs had almost no doubt about the necessity to learn swimming, despite the presence of their fears of unforeseen situations while they were in the water.*

**Key words:** students of special medical groups, motivational orientations, to learn to swim, chronic diseases, appearance of unexpected situations.

**Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Питання, пов'язані із вмотивованістю прагнення навчитись плавати, з різних причин, фізично пасивних до часу вступу у ВНЗ студентів спеціальної медичної групи, залишаються недостатньо вивченими. Водночас у сучасному студентському житті роль мотиваційного, збуджувального чинника виявляється все більш виражено.

Оцінювання вмотивованості до навчання плавання студентів із відхиленнями у стані здоров'я передбачає раціональне вивчення ступеня їх інформованості щодо значення отримання навички плавати в житті та відчуття його повноцінності. Варто відзначити в студентів відсутність спеціальних знань, які б давали можливість осмислити значення впровадження фізичних навантажень в повсякденне життя та необхідність отримання життєво необхідної навички плавати, що дало б поштовх до початку свідомого відвідування занять та самостійних спроб контролю за станом власного здоров'я [1; 2; 9; 14]. Регулярне відвідування занять є важливою умовою будь-якого педагогічного процесу, що у випадку навчання плавання має виключне значення. У зв'язку з постійним зростанням кількості студентів спеціальної медичної групи дана проблема є особливо актуальною та до сьогодні залишається недостатньо вивченою. Відчувається нестача в конкретних рекомендаціях і розробках, впровадження яких допомогло б більш свідомому та успішному [5; 8] засвоєнню студентами

навички плавати, та сприяло б їх залученню до здорового способу життя [1;3;15], що має виключне значення для майбутньої професійної діяльності студентів (робота в літніх таборах відпочинку, секціях та ін) та безпеки життєдіяльності загалом.

**Мета роботи:** Визначити рівень вмотивованості та дослідити прагнення студентів спеціальної медичної групи до навчання плавання як чинників ефективного навчання.

**Результати дослідження.** Характерно, що засвоєння основ техніки й оволодіння навичкою плавати практично не викликає труднощів у здорових студентів. Проте, відзначено вірогідність проявів комплексу проблем, низької вмотивованості та небажання відвідувати заняття з навчання плавання студентами спеціальної медичної групи (їх кількість становить 26–30 % від загального обсягу студентів).

Визначення мотиваційних спрямувань до отримання навички плавати, як чинника теоретико-прикладного підходу до формування здоров'язбережувальної культури студентів спеціальної медичної групи, з метою забезпечення позитивної вмотивованості до відвідування занять визначено конкретні причини, що підвищують чи гальмують інтерес студентів до занять.

З'ясовано причини небажання відвідування занять, як-от: 22 % опитаних студентів відповіли, що відчували дискомфорт від зміни температури повітря та води в басейні; 15 % респондентів побоювалися отримати травми під час занять; 27 % побоювалися загострень особистісного захворювання; 11 % вважало, що у випадку необхідності їм не буде вчасно надана допомога; у 17 % залишився рефлекс страху води внаслідок виникнення небезпечної ситуації на воді під час самостійних спроб навчитися плавати; 8 % студентів виказали сумніви доцільності витрати зусиль щодо отримання навички плавати загалом.

У ході проведення педагогічного опитування вивчено ціннісні мотиваційні спрямування щодо навчання плавання. Варто відзначити, що в студентів спеціальної медичної групи майже не виникало сумнівів щодо необхідності навчитися плавати, але, разом із тим, **результати анкетування серед студентів спеціальної медичної групи, які до сьогодні не оволоділи навичкою плавати, засвідчили, що студенти 1 курсу відвідують заняття з навчання плавання :**

- із задоволенням – 58%;
- не люблять відвідувати – 37%;
- не можуть однозначно відповісти – 5% опитаних студентів.

Визначено змістовний бік спрямування діяльності студентів, складову їх взаємодії з навколишнім середовищем; ставлення до людей; сприйняття себе як особистості; ставлення до отримання навички плавати як самоствердження, що можна поділити на такі групи: Суспільний мотив – усвідомлення потреби в загальнозначущій діяльності. Сутність мотиву полягає в усвідомленні необхідності занять із навчання плавання для придбання життєво необхідної навички з метою досягнення ефекту оздоровлення. Мотив досягнення – інтерес до фізкультури (осмислення потреби в самоствердженні); виявляється в потребі розвивати в процесі занять із навчання плавання свої інтелектуальні та фізичні здібності, використовувати отримані знання та навички, досягти самоствердження. Мотив досягнення пов'язаний, як правило, з метою стати переможцем змагань тощо.

Мотив співробітництва (усвідомлення потреби в суспільних заняттях фізичними вправами) зумовлений соціальним характером процесу навчання. Він полягає в намаганні планувати спільну роботу групи, що займається, здійснювати допомогу один одному під час занять, спільно підводити підсумки зробленої роботи.

Мотив нагородження – усвідомлення потреби в покращенні стану здоров'я як нагороди за працю. В основі цього мотиву лежить потреба, яка задовольняється завдяки тому, що студенти з отриманням навички плавати відчували себе переможцями над собою та власними відчуттями.

Результати письмового опитування студентів спеціальної медичної групи засвідчили, що заняття з фізичної культури в школі їх не зацікавили, що не стало поштовхом до їх свідомого відвідування у ВНЗ – 85% усіх опитаних. Як наслідок, більшість студентів першого курсу, які за станом здоров'я належать до спеціальної медичної групи, відповіли, що їх цікавить формальний бік відвідування занять (отримання оцінки) – 82% всіх опитаних студентів; із бажанням будуть відвідувати заняття лише 14% опитаних, 4% студентів взагалі не виявили бажання відвідувати заняття з фізичного виховання з різних, не сформованих ними чітко причин (рис. 1).

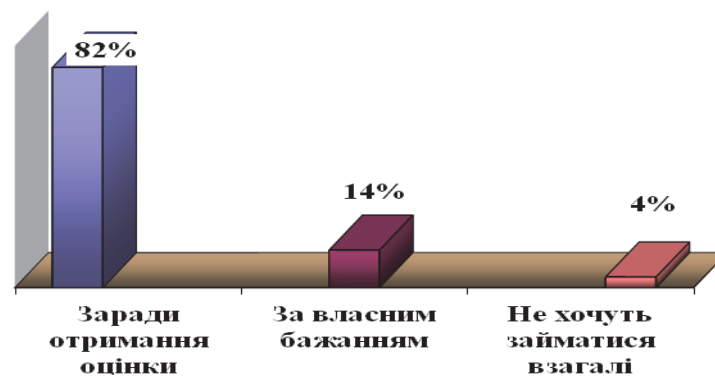


Рис.1. Мотиви щодо відвідування занять студентами спеціальної медичної групи

Згідно наданих медичних довідок виявлено найбільш розповсюджені відхилення у стані здоров'я студентів: порушення постави – 38 %, серцево-судинні захворювання – 16 %, часті гострі респіраторні захворювання – 29 %, надмірна вага – 12 %, інші захворювання – 5 % студентів. За наявності в них хронічних захворювань відзначено прояви неспокою, тривоги, підвищеного відчуття небезпеки та страху погіршення самопочуття.

Згідно з результатами опитування, основними причинами, які гальмують бажання відвідувати заняття студентами спеціальної медичної групи, визначено: низький рівень знань щодо цілющого впливу виконання фізичних вправ на організм людини, значення здорового способу життя та звична для них повсякденна пасивність.

Під час опитування студентів спеціальної медичної групи першого курсу виявлено, що вони зацікавлені в заняттях із навчання плавання, в основному, в контексті корекції фігури – 62%; лише 24% студентів усвідомлювали можливість покращити стан здоров'я, а 14% студентів взагалі не змогли сформулювати відповідь.

На запитання «Чи вважаєте фізичне виховання другорядним предметом?» дала позитивну відповідь переважна більшість – 83,5% всіх опитаних студентів спеціальної медичної групи.

Але водночас на запитання «Чи необхідно уміти плавати?» позитивно відповіли 80% першокурсників, 98% другокурсників – студентів спеціальної медичної групи.

На запитання «Чи хотіли б Ви, щоб ваші діти уміли плавати?» позитивно відповіли 95% першокурсників; 100% студентів другого курсу відповіли стверджувально. Висловили бажання оволодіти навичкою надання необхідної допомоги у разі виникнення небезпеки «на воді» 90% опитаних студентів-першокурсників.

Досвідченими в питаннях організації здорового способу життя себе вважали тільки 19% студентів, 81% опитаних студентів відзначили, що їм не вистачає знань у цій галузі.

Відзначено, що у 58% відповідей висловлювалося побажання уникати суворих вимог щодо виконання нормативів; 18% студентів першого курсу спеціальної медичної групи не вбачають в заняттях із навчання плавання доцільності – «адже я й досі якимось жив»; мають сумніви щодо можливості застосування навички плавати у подальшому житті – 14%. Та лише у 10% озвучувалася пропозиція щодо збільшення надання кількості вправ упродовж занять, за допомогою яких загартовувався б організм. Так, впровадження підходу до навчання плавання студентів спеціальної медичної групи у межах навчального процесу ВНЗ за загальноприйнятою навчальною програмою не зацікавлює, а навпаки, викликає незрозуміння в доцільності відвідування занять та небажання навчатися плавати.

Разом із тим, з бажанням відвідують заняття – 49%, негативно відповіли – 24%, не визначились із ставленням – 27% усіх опитаних студентів спеціальної медичної групи (рис. 2).

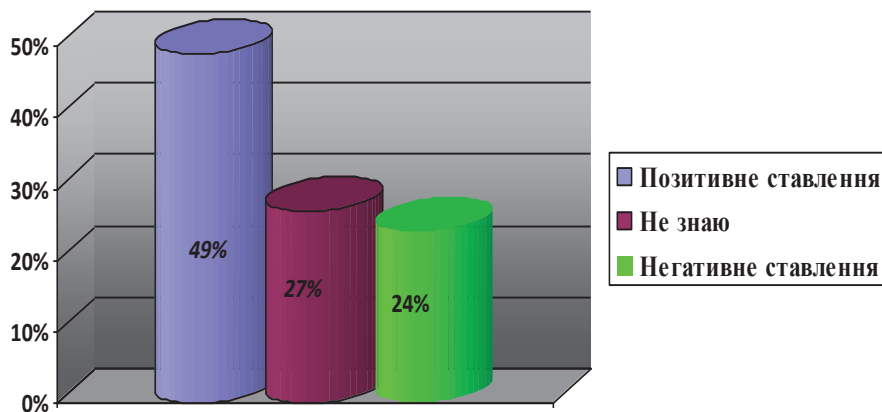


Рис. 2. Вмотивованість студентів спеціальної медичної групи до отримання навички плавати у відсотковому співвідношенні

З метою покращення вмотивованості студентів спеціальної медичної групи до отримання навички плавати впроваджено методи та прийоми, а саме:

- активізація пізнавальної діяльності у галузі навчання плавання, поглиблення теоретичних знань щодо доцільності отримання навички плавати;
- досягнення свідомого ставлення до отримання навички плавати;
- сприяння розвитку активності, особистісної відповідальності до відвідування занять;
- впровадження особистісного підходу у ході занять до студентів з різним рівнем страху води та урахування характеру і тяжкості їх захворювання;
- об'єктивне оцінювання отриманих «плавальних навичок» на кожному занятті.

Щодо свідомого вибору пріоритетних видів рухової активності, перевагу яким віддали студенти-першокурсники спеціальної медичної групи, які не вміють плавати, зафіксовано: фітбол – 33%; різновиди гімнастики, оздоровчий біг та ходу обрали 12% респондентів; 10% студентів віддали перевагу спортивним іграм; аквааеробіка (мілкий басейн) – 45% (рис.3).

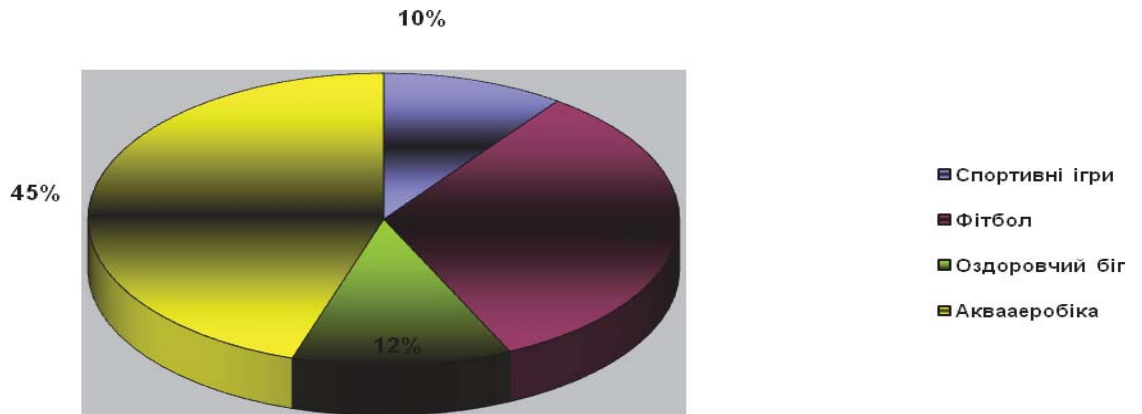


Рис. 3. Пріоритетні види рухової активності студентів спеціальної медичної групи

За результатами опитування можна зробити висновок, що увагу студентів привертало, передусім, звичні види рухової діяльності, які не потребували отримання нових умінь та навичок (уміння плавати) – оздоровчий біг, спортивні ігри та сучасні види рухової активності, аквааеробіка (у мілкому басейні), фітбол.

Варто відзначити, що 45% опитаних студентів висловили бажання займатися аквааеробікою, незважаючи на відсутність у них навички плавати, що свідчить про підсвідоме, ще не озвучене ними бажання навчитися плавати. Водночас студенти, які не вміли плавати, звертали увагу на підвищений страх води, стан неспокою, очікування ними небезпеки, яка може виникати в ході занять у воді, що не впливало позитивно на вмотивованість студентів до початку занять із навчання плавання.

**Висновки.** Наявність хронічних захворювань у студентів спеціальної медичної групи та недостатньо сформований рівень вмотивованості студентів до занять (невпевненість у доцільності отримання навички плавати; зневіра у своїх фізичних силах; залежність від наявності в житті попередньої небезпечної ситуації на воді й ін.) призводить до небажання навчатись плавати. Застосування засобів, адекватних стану здоров'я студентів та впровадження сучасних рекомендацій і розробок сприятиме більш свідомому та успішному засвоєнню студентами навички плавати, залучаючи до здорового способу життя, що має виключне значення для майбутньої професійної діяльності студентів та безпеки життєдіяльності загалом.

**Перспективи подальшого дослідження** Розробка методики навчання плавання студентів спеціальної медичної групи при захворюваннях різної етіології на основі формування в них позитивної вмотивованості до занять.

#### Література

- Блавт О. З. Плавання як засіб реабілітації студентів, які займаються у спеціальної медичної групи (в умовах вузу) / О. З. Блавт, Л. П. Цьовх // Спортивна наука України, 2009. – № 2. – С. 42–54.
- Дубогай О. Д. Методика фізичного виховання студентів спеціальної медичної групи / О. Д. Дубогай, А. В. Цьох, М. В. Евтушок. – Луцьк : Східно-європейський Національний університет імені Лесі Українки, 2012. – С. 276–277
- Сидоров В. В. Мотивационно-ценностное отношение студентов к физическому воспитанию / В. В. Сидоров. – Л., 1990. – 47 с.
- Сіренко Р. Р. Фактори, що впливають на рухову активність та мотивацію до занять фізичним вихованням студентів вищих навчальних закладів / Р. Р. Сіренко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: зб. наук. пр. за ред. С. С. Єрмакова. – Харків : ХДАДМ (ХХПІ), 2005. – №15 – С. 44–51.
- Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен; пер. с нем.; под ред. Б. М. Величковского; предисл. Л. И. Анцыферовой, Б. М. Величковского – М. : Педагогика, 1986. – Т.1. – 408 с.
- Царегородцева Л. Д. Улучшение психофизического состояния студентов средствами оздоровительного плавания / Л. Д. Царегородцева, О. В. Тиунова // Физическая культура : воспитание, образование, тренировка. – 2005. – № 1. – С.22–26.
- Энциклопедия психологических тестов : Общение, лидерство, межличностные отношения. – М. : ООО АСТ, 1997. – 304 с.
- Darst P. W. Dynamic physical education for secondary school student / P. W. Darst, R. P. Pangrazi. – 6th ed. – San Francisco [etc.] : Pearson Benjamin Cummings, 2009. – XIV, 560 p.
- Hill M. In pursuit of excellence : student guide to sports development / Michael Hill. – London; New York: Roulledge, 2007. – VIII, 124 p. (Student sports studies ).
- Phillips B. Body for life. 12 weeks to mental and Physical Strength / B. Phillips. – Harper Collins Publishers. – 1999. – 201 p.
- Sparker D. Swimming for all [Text] / D. Sparker. – London, 1985. – 109 p.
- Thomas D. G. Teaching swimming [Text] : steps to success / D. G. Thomas. – Champaign, 1989. – 154 p.