

Трачук С. В.
кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент
Національний університет фізичного виховання і спорту України, м.Київ
Антонова Л. С.
старший лаборант кафедри теорії і методики фізичного виховання
Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ
Заяць Л. М.
викладач кафедри теорії і методики фізичного
Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ

ПОТРЕБИ У СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ СТУДЕНТОК ПЕДАГОГІЧНОГО КОЛЕДЖУ В РЕАЛІЯХ МЕГАПОЛІСУ

Стаття висвітлює результати проведеного авторами дослідження потреб у сфері фізичної культури студенток педагогічного коледжу в реаліях мегаполісу. В дослідженні прийняли участь 40 студенток 1-2 курсу, які навчаються на базі Університетського коледжу Київського університету імені Бориса Грінченка за спеціальністю «Початкова освіта». Основними результатами виконаної роботи стало визначення мотивів та інтересів у студенток до занять фізичним вихованням. Виявлено, що у респондентів з першого до другого курсу спостерігається тенденція до позитивного ставлення до занять фізичними вправами. Важливою умовою для позитивної мотивації студентів є особистість викладача, та новітні види рухової активності, такі як фітнес. Очевидним є те, що якщо будувати сферу фізичної культури на вподобаннях студенток, відсоток зацікавлених у здоровому способі життя набагато збільшиться.

Ключові слова: мотивація, фізична культура, пріоритети, коледж, студенти.

Трачук С. В., Антонова Л. С., Заяць Л. М. Потребности в сфере физической культуры студенток педагогического колледжа в реалиях мегаполиса. Стаття освещает результаты проведенного авторами исследования потребностей в сфере физической культуры студенток педагогического колледжа в реалиях мегаполиса. В исследовании приняли участие 40 студенток 1-2 курса, обучающихся на базе Университетского колледжа Киевского университета имени Бориса Гринченка по специальности «Начальное образование». Основными результатами проделанной работы стало определение мотивов и интересов у студенток к занятиям по физическому воспитанию. Выявлено, что у респондентов с первого до второго курса наблюдается тенденция к положительному отношению к занятиям физическими упражнениями. Важным условием для положительной мотивации студентов является личность преподавателя, и новейшие виды двигательной активности, такие как фитнес. Очевидно, что если строить сферу физической культуры на предпочтениях студенток, процент заинтересованных в здоровом образе жизни гораздо увеличится.

Ключевые слова: мотивация, физическая культура, ценности, колледж, студентки.

Trachuk S., Antonova L., Zayac L. Requirements in the field of physical culture of pedagogical college students in realities of megapolis. The article is telling about the results of the study of the needs of students in the field of physical education of the pedagogical college in the realities of the metropolis. The study was attended by the 40 female students of 1-2 courses who study at the Boris Hrinchenko University College of the Kiev University specialty "Primary Education". The main results of the work were the determination of motives and interests to study process for physical education from students. It was revealed that respondents from the first to the second year tended to have a positive attitude towards physical activity. An important condition for the positive motivation of students is the teacher's personality, and the innovative types of motor activity, such as fitness. It is obvious that if we build the sphere of physical culture on the preferences of female students, the percentage of people interested in a healthy lifestyle will increase significantly.

Key words: motivation, physical culture, priorities, college, students.

Постановка проблеми. Стан здоров'я і якість життя населення України, зокрема є стратегічною метою нашого суспільства[9].

Результати досліджень зі списку літератури, засвідчують загальну тенденцію до погіршення здоров'я та зниження рівня фізичної підготовленості молоді. Зокрема за даними аналітичної записки представленої Міністерством молоді і спорту України, можна з стурбованістю констатувати, що з допущеної учнівської молоді до загальноукраїнського тестування, яке проводилося 2017 році, високий рівень фізичної підготовленості має 30,5 %, достатній рівень – 37,7 %, середній рівень – 24,4 %, низький рівень – 7,4 %; серед студентів високий рівень фізичної підготовленості має 15,4 % осіб, достатній рівень – 31,0 %, середній рівень – 33,6 %, низький рівень – 19,9 %. Зазначаючи, що згідно даних Міністерства молоді та спорту України усіма видами фізкультурно-оздоровчої роботи охоплено 40 % учнів та студентів [9].

Посилаючись на дані Інституту педіатрії, акушерства і гінекології НАМН України майже 80 % учнів 9–11 класів у зв'язку з відхиленнями у стані здоров'я мають обмеження у виборі професій, у 65 % випадків вони обумовлені наявністю хронічних хвороб.

Одним із пріоритетних завдань фізичного виховання та масового спорту у вищих навчальних закладах I–II рівня акредитації є досягнення належного рівня здоров'я і високого рівня фізичної підготовленості, працездатності й інших компонентів фізичного стану, як складових навчально-виховного процесу з фізичного виховання. Причиною низької фізичної підготовленості студентської молоді та погіршення стану її здоров'я є її неосвіченість та відсутність об'єктивної самооцінки.

Аналіз літературних джерел. Фізичне виховання, як одна зі складових навчально-виховного процесу у ВНЗ,

повинно бути спрямовано на підготовку до майбутньої трудової діяльності та сприяти розвитку фізичних і психічних якостей, рухових навичок відповідно до особливостей майбутньої професійної діяльності [3; 4].

Створення необхідних умов для формування інтересу до занять фізичною культурою, а також збереження бажання студентів постійно удосконалювати свої фізичні якості протягом тривалого часу є однією з актуальних проблем. Слід зазначити, що формування мотивації до занять фізичною культурою можливе лише за умови підвищення освіченості студентів у практичних питаннях застосування різних засобів і методів підтримки здоров'я, досягнення розуміння, що фізична культура є складовою частиною загальної культури сучасного фахівця [2; 10].

Проблема формування мотивації до занять фізичною культурою у коледжі є особливо актуальною, адже навчання у педагогічному ВНЗ має свої особливості, що пояснюються його специфікою. Більшість свого академічного і вільного часу студенти присвячують спеціальним предметам і неохоче займаються на свіжому повітрі (особливо в осінньо-зимовий період навчання).

Формування в студентів позитивної мотивації до фізичної активності служить умовою, яка безпосередньо впливають на ефективність організації навчального процесу у ВНЗ, зокрема з фізичного виховання [5–7].

Сучасний ритм життя студента, його потреби та інтереси, щоденне інформаційне перевантаження на фоні зниження рухової активності і, як наслідок, зниження здоров'я потребують впровадження в практику фізичного виховання новітніх програм з фізичної культури [1; 3; 8].

Мета статті (постановка завдань). Визначити мотиви та інтереси у студенток педагогічного коледжу до занять фізичним вихованням.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел; контент-аналіз документальних матеріалів; соціологічні методи дослідження; методи математичної статистики.

Організація досліджень. Дослідження проводилося на базі Університетського коледжу Київського університету імені Бориса Грінченка. В дослідженні прийняли участь 40 студенток 1-2 курсу педагогічного коледжу, які навчаються за спеціальністю «Початкова освіта». Для визначення потреб у сфері фізичної культури у студенток педагогічного коледжу до занять фізичним вихованням, було проведено анкетування.

Виклад основного матеріалу дослідження. Оптимізація освіти у вищій школі передбачає цілеспрямоване формування в молоді позитивного ставлення до занять спеціально-організованої рухової активності в навчальному процесі і умовах дозвілля.

Аналіз мотивації студенток педагогічного коледжу до занять фізичним вихованням розглядатиметься у контексті їх залучення до предмету і цільових установок. Для того, щоб дізнатися ставлення студенток загалом до фізичного виховання, нами було задано низка питань.

Студенткам було запропонована анкета, в якій можна було вибрати декілька варіантів відповідей, тому 100 % при обробці результатів на рисунках 1, 2 не може бути.

Дослідження мети відвідування занять фізичним вихованням студенток виявило, що з поданих варіантів відповідей на запитання «З якою метою Ви відвідуєте заняття з фізичного виховання?» (рис.1).

Студентки 1 курсу знають, що це корисно – 65 %. Не може не засмучувати, що одним з пріоритетних відповідей є оцінка з фізичного виховання (55 %). Майбутнє покоління мотивує займатися для кінцевої мети – оцінка, а не результат – здоров'я та висока працездатність. 50 % студенток хочуть підвищити свою фізичну підготовленість, але тільки 20 % опитуваних цікаво на заняттях.

На нашу думку, це означає, що на сьогоднішній час у викладачів з фізичного виховання застаріла форма проведення заняття. Студентки, які відвідують пари, хочуть отримувати більш сучасні підходи до організації заняття з фізичного виховання. В них простежується зацікавленість, але мотивація зникає від того, що саме викладачі не зацікавлені в своєму професійному рості.

Ті, хто вчаться на 2 курсі відповіли на подане запитання наступним чином: знають, що це корисно – 70 %; 60 % – підвищити свою фізичну підготовленість; для отримання оцінки з фізичного виховання – 35 %, що на 20 % нижче від молодшого курсу.

Аналіз мети відвідування занять фізичним вихованням студенток педагогічного вузу вказує на брак внутрішньої усвідомленої мотивації на фізичну культуру. Значна частка респондентів розглядають фізичне виховання виключно як обов'язкову дисципліну, а це свідчить про відсутність у них сформованих цінностей на фізичну культуру. Звідси зовнішня мотивація (для отримання оцінки з фізичного виховання, щоб не мати заборгованості з предмету ін.) є переважною. Одна справа, коли студент мотивовано вчиться бо розуміє свою користь для суспільства і хоче стати професійним фахівцем, а інша – коли уникає проблем (боїться залишитись без стипендії), як це було виявлено в мотивації до занять фізичним вихованням. Багаж знань у студентів із такими мотиваційним спрямуваннями по закінченню вузу буде кардинально відрізнятися, що вплине на формування фізичної культури особистості.

Щоб дізнатися які засоби фізичної культури оберуть студентки для корегування своїх недоліків, було важливим визначити самооцінку студенток. На запитання «Що Вам не подобається у Вашій зовнішності?» (рис.2).

Були представлені 6 варіантів відповідей. На 1 курсі варіант, де дівчатам все подобається в своїй зовнішності обрали лише 20 %. 60 % студенток відмітили, що саме вага є недоліком у їх зовнішності.

Фігуру в цілому, та ноги, як окрему частину тіла обрали 50 % опитуваних. Інші два пункти, обличчя та зріст, які не є головними для нашого дослідження, та які завдяки впливу фізичного виховання в повній мірі не зможуть змінити ці недоліки, але є важливим пунктом для жіночої половини обрали 35 % (обличчя) та 40 % (зріст).

Студенткам 2 курсу в кількості 35 % – все подобається, 55 % вважають що саме їх фігура далека від ідеалу, 40 % відмітили вагу, не подобаються ноги 30 %, обличчя та зріст обрали по 15 % респондентів.

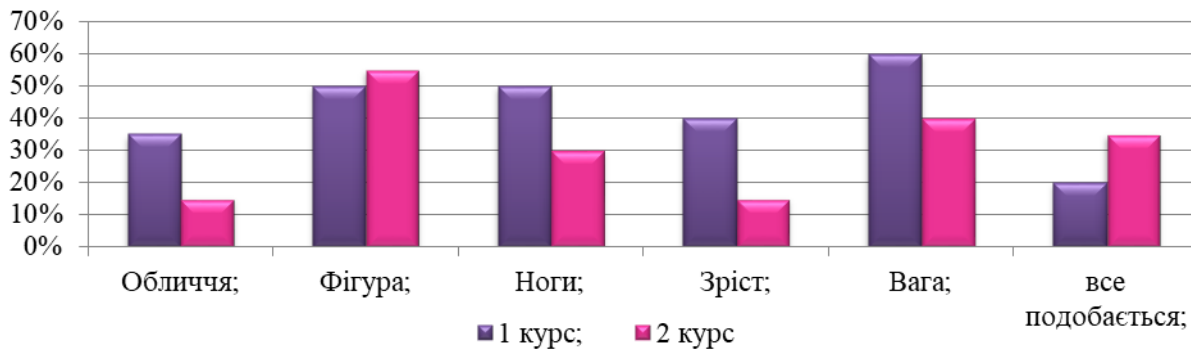


Рис. 2. Що Вам не подобається у Вашій зовнішності?

Аналіз отриманих відповідей на наступний пункт в анкеті «Щоб скорегувати Вашу зовнішність Ви обираєте наступні

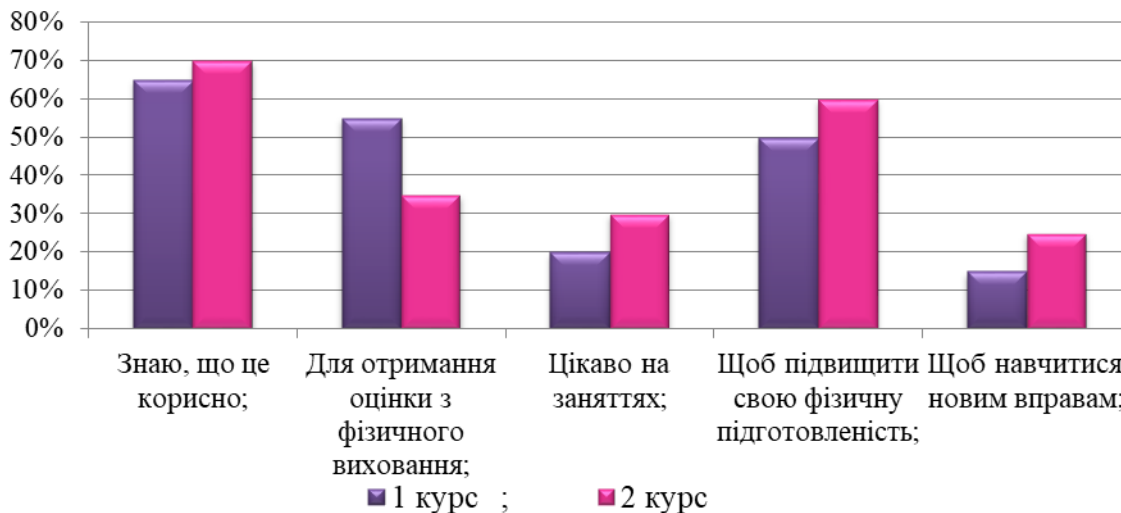


Рис. 1. З якою метою Ви відвідуєте заняття з фізичного виховання?

дії», дозволив встановити, що 90 % обрали комплекс фізичних прав на 1 курсі, та 85 % на 2 курсі. Підвищення обсягу рухової активності обрали 35 % студенток 1 курсу, та 55 % 2 курсу. На 1 курсі косметологічний комплекс, як коригуючий засіб відмітили 40%, та 25 % відмітили голодування. 2 курс ті ж пункти оцінив суттєво інакше, 10 % – косметологічний комплекс, 5 % голодування.

Ставлення студенток до занять з фізичного виховання та відповідно до свого зовнішнього вигляду, залежить від викладача, від людини яка є прикладом, та мотивує ставитися краще.

Відповідно, нами було задано питання «Чи впливає на Ваше бажання відвідувати заняття ФВ і додатково займатися спортом особистість викладача ФВ?». Відповіддю Так обрали за правду 40 % студенток 1 курсу, 35 % позначили відповідь Ні, та 25 % – не дуже. Цілих 65 % респонденток 2 курсу надали свою згоду, лише 10 % проти, та 25 % дівчат все одно. Отож, очевидно, що особистість викладача в більшій мірі впливає на бажання відвідувати заняття з фізичного виховання і додатково займатися спортом. Викладач на своєму прикладі, мотивує займатися руховою активністю та дотримуватися здорового способу життя, що є запорукою успіху у формуванні потреби до щоденних занять фізичною культурою.

Опираючись на отриманні відповіді респондентів, можна зробити висновок, що потреба у заняттях фізичними вправами та фізичною культурою стоїть на достатньо високому рівні, треба лише правильно підібрати засоби, які будуть цікаві студенткам, та вони охоче будуть відвідувати заняття.

Висновки та перспективи подальших наукових розвідок. Здійснена порівняльна характеристика мотиваційної складової студенток до занять фізичним вихованням, результати проведеного анкетування, свідчать, що з першого до другого курсу спостерігається тенденція, до позитивних ставлення респондентів до занять фізичними вправами, що може свідчити про розширення світогляду в відношенні до свого здоров'я. Дослідження мети відвідування занять фізичним вихованням студенток вказує на брак внутрішньої усвідомленої мотивації на фізичну культуру. Значна частка респондентів розглядають фізичне виховання виключно як обов'язкову дисципліну (55 % на 1 курсі, та 35 % на 2 курсі), а це свідчить про відсутність у них сформованих цінностей на фізичну культуру. Звідси зовнішня мотивація (для отримання оцінки з фізичного виховання, щоб не мати заборгованості з предмету ін.) є переважною. Також, з отриманих даних можна зробити висновок, що переважній частині опитуваних цікаво займатися не тільки основними видами які входять до програми з фізичного виховання, але й новим напрямком, таким як фітнес, який обрали 60 % на першому та 55 % на другому курсах. Очевидним є

те, що якщо впровадити фітнес, та його складові в заняття, відсоток відвідування студенток, їх бажання та зацікавленість в разі збільшиться. Для покращення становища фізичного виховання в сучасному суспільстві та в житті студентської молоді, треба зробити великий пласт роботи, на жаль сьогодні до цього питання ставляться байдуже. Так 40 % студенток 1 курсу та 65 % 2 курсу відмітили, що особистість викладача впливає на їх бажання відвідувати заняття і додатково займатися спортом. Педагогу потрібно ретельно підходити до своєї професії, так як на ньому лежить велика відповідальність. Кваліфікований спеціаліст повинен мати високий рівень не лише професійної, інформаційної культури, а й фізичної, що забезпечить його повноцінну фахову діяльність в умовах сучасного суспільства.

Зовнішності займає важливе місце як чинник стимуляції і мотивації в процесі фізичного виховання. Дівчатам, котрі проходили анкетування, було запропоновано вибрати що їм не подобається у своїй зовнішності. Ми вважаємо за потрібним виділити, що на 1 курсі більш всього (60 %) відмітили, що саме вага є недоліком у їх зовнішності, а на 2 курсі фігура в цілому (55 %). Ці недоліки як раз можливо виправити за допомогою фізичних вправ, які як корегуючий засіб обрали на 1 курсі 90 %, та 85 % на 2 курсі. Якщо ми знаємо проблемні сторони наших займаючихся, та будемо працювати в їх інтересах, то охочих дотримуватися здорового способу життя стане на багато більше.

Література

1. Андреева О. В. Анализ мотивационных теорий у сфере оздоровочной физической культуры та рекреации / О. В. Андреева // Теория і методика фізичного виховання і спорту. – 2004. – № 2. – С. 81–84.
2. Анохин И. А. Использование средств физической культуры для повышения мотивации к учебным занятиям / И. А. Анохин, Ю. В. Романова // Культура физическая и здоровье. – 2010. – № 4. – С. 42–43.
3. Ареф'єв В. Г., Єдинак Г. А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту): Навчальний посібник для студентів навчальних закладів II-IV рівнів акредитації. – 3-є вид. перероб. і доп. – Кам'янець - Подільський: ПП Буйницький О. А., 2007. – 248 с.
4. Афанасьев В. В. Результаты исследования способа життя студентов первого та второго курсів технічного університету / В. В. Афанасьев // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків: ХДАФК, 2006. – Вип. 10. – С. 49-51.
5. Безверхня Г. В. Формування мотивації до самовдосконалення учнів загальноосвітніх шкіл засобами фізичної культури і спорту: Метод реком. (для вчителів фіз. культури). – Умань: Вид-во Умань. держ. пед. ін-ту. – 2003. – 52 с.
6. Бикмухаметов Р. К. Содержание процесса физического воспитания в системе педагогического образования // Теория и практика физической культуры, 2003. №3. С. 45-50.
7. Біліченко О. О. Гендерні особливості формування мотивації до занять фізичним вихованням у студентів : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02 / Олена Олександрівна Біліченко ; Дніпропетровський ДІФКС. – Дніпропетровськ, 2014. – 22 с.
8. Біліченко О. О. Особливості мотивації до занять з фізичного виховання у студентів // Проблеми фізичного виховання і спорту, 2011. – №5. – С. 3-5
9. Національно-патріотичне виховання – державний пріоритет національної безпеки. Щорічна доповідь Президенту України, Верховній Раді України про становище молоді в Україні (за підсумками 2014 року) / Держ. ін-т сімейної та молодіжної політики; [редкол.: Жданов І. О., гол. ред. колег., Беляєва І. І., Митрофанський С. В. та ін.]. – К., 2015. – 200 с.
10. Цибульська В. В. Формування мотивації до професійно-прикладної фізичної підготовки студентів педагогічних спеціальностей на різних формах навчання : автореф. дис. канд. наук з фіз. виховання та спорту : 24.00.02 / Вікторія Вікторівна Цибульська; Дніпропетровський ДІФКС. – Дніпропетровськ, 2015. – 22 с.

Reference

1. Andreeva O. V. Analysis of motivational theories in the field of recreational physical culture and recreation / O. V. Andreeva // The theory and methods of physical education and sport. - 2004. - No. 2. - P. 81-84.
2. Anokhin I. A. The use of means of physical culture to increase motivation to study lessons / I. A. Anokhin, Yu. V. Romanov // Culture physical and health. - 2010. - No. 4. - P. 42-43.
3. Ariefev V. G., Yedinak G. A. Physical culture school (for a young specialist): A manual for students of educational institutions of II-IV levels of accreditation. - 3rd form. processing and add - Kamyanets-Podilsky: PP Buynitsky O. A., 2007. - 248 p.
4. Afanasyev V. V. Results of study of lifestyle of students of the first and second year of technical university / VV Afanasyev // Slobozhans'kyi Scientific and Sport Bulletin. - Kharkiv: KDAFK, 2006. - Vip. 10. - P. 49-51.
5. Bezvernya G. V. Formation of motivation for self-improvement of pupils of secondary schools by means of physical culture and sports: Method of the river. (for Teachers of the Cultural Organization). - Uman: Look Uman. ped in-that. - 2003 - 52 s.
6. Bikmuhametov R. K. Contents of the process of physical education in the system of pedagogical education // Theory and practice of physical culture, 2003. №3. Pp. 45-50.
7. Bilichenko O. O. Gender personality formation of motivation to study physical education at students: author's abstract. dis Cand. Sciences of Phys. education and sports: 24.00.02 / Olena A. Bilichenko; Dnipropetrovsk DIFKS. - Dnipropetrovsk, 2014. - 22 p.
8. Bilichenko O. O. Features motivated to the classes – on physiologically-hiding from students // Problems of Physical Education and Sports, 2011. - №5. - P. 3-5
9. National-patriotic education - the state priority of national security. Annual report to the President of Ukraine, the Verkhovna Rada of Ukraine on the situation of youth in Ukraine (in accordance with the results of 2014) / State. in-t of family and youth policy; [redneck: Zhdanov I. O., Ch. Ed. colleagues., Belyaeva I., Mitrofansky S. V. etc.]. - K., 2015. - 200 p.
10. Tsybul'skaya V. V. Formation of motivation for professional-applied physical training of students of pedagogical specialties on different forms of teaching: author's abstract. dis ... Candidate Sciences of Phys. upbringing and sports: 24.00.02 / Victoria Viktorivna Tsybul'skaya; Dnipropetrovsk DIFKS. - Dnipropetrovsk, 2015. - 22 p.