

УДК 378.172:799(=603.5)

МОТИВАЦИЯ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В ВУЗЕ

Наговицын Р.С.

ФГОБУ ВПО «Глазовский государственный педагогический институт им. В.Г. Короленко», Глазов,
e-mail: Romanagovitsin@rambler.ru

Проанализировав примерную программу дисциплины «Физическая культура» и выявив основные группы мотивов к этому предмету, была определена модель мотивации к занятиям физическими упражнениями в рамках федерального государственного образовательного стандарта в педагогическом вузе. На основе модели и результатов социологического опроса студентов экспериментально внедрена в воспитательно-образовательный процесс по физическому воспитанию программа модернизации занятий физической культурой в педагогическом вузе. Для успешного формирования мотивационно-ценностного отношения студентов к физической культуре были разработаны психолого-педагогические условия.

Ключевые слова: мотивы, занятия физической культурой, модель, программа модернизации, педагогический вуз

THE STUDENTS' MOTIVATION TO PHYSICAL TRAINING IN A HIGHER INSTITUTION

Nagovitsyn R.S.

Korolenko Glazov State Teachers' Training Institute, Glazov, e-mail: Romanagovitsin@rambler.ru

Having analyzed the exemplary program of the discipline «Physical Training» and discovered the main motive groups to this subject, we have determined the motivational model to physical training studies in the context of the federal state educational standard in a higher institution. On the basis of these model and the results of the questioning of students we have experimentally introduced the program of modernization of physical training studies in a higher institution into the educational process of physical training. For having a successful formation of a motivational and value students' relation to physical training we have developed psychological and pedagogical conditions.

Keywords: motives, physical training studies, a model, the program of modernization, a pedagogical higher institution

Проблема сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения была и остается одной из важнейших проблем человеческого общества. На сегодняшний день лишь звучат призывы быть здоровым, а социальная среда и реальная практика свидетельствуют об ухудшении здоровья молодежи, обострении сердечно-сосудистых заболеваний и других хронических и инфекционных заболеваний, а также сокращении уровня урбанизации, научно-технического прогресса, комфорта является причиной хронического «двигательного голода» [3].

Студенчество, особенно на начальном этапе обучения, является наиболее уязвимой частью молодежи, т.к. сталкивается с рядом трудностей, связанных с увеличением учебной нагрузки, невысокой двигательной активностью, относительной свободой студенческой жизни, проблемами в социальном и межличностном общении. Нынешние студенты – это основной трудовой резерв нашей страны, это будущие родители, и их здоровье и благополучие является залогом здоровья и благополучия всей нации. В связи с этим огромную роль играет изучение мотивов, интересов и потребностей современной молодежи в занятиях физическими упражнениями [2].

Цель исследования – выявление комплекса психолого-педагогических условий

для успешного формирования мотивационно-ценностного отношения студентов к занятиям физической культурой и спортом.

Материал и методы исследования

Мотивация к физической активности – особое состояние личности, направленное на достижение оптимального уровня физической подготовленности и работоспособности. Процесс формирования интереса к занятиям физической культурой и спортом – это не одномоментный, а многоступенчатый процесс: от первых элементарных гигиенических знаний и навыков до глубоких психофизиологических знаний теории и методики физического воспитания и интенсивных занятий спортом [4].

Из анализа научной и учебно-методической литературы, опроса и анкетирования студентов различных специальностей и курсов нефизкультурных вузов (Глазовский государственный педагогический институт им. В.Г. Короленко, Глазовский инженерно-экономический институт и Университет российской академии образования (Глазовский филиал)) нами выявлены основные группы мотивов к занятиям физической культурой в вузе: оздоровительные, двигательно-деятельностные, соревновательно-конкурентные, эстетические, коммуникативные, познавательно-развивающие, творческие, профессионально-ориентированные, воспитательные, культурологические, статусные, административные и психолого-значимые [2, 5, 6, 8].

1. Оздоровительные мотивы. Наиболее сильной мотивацией молодежи к занятиям физическими упражнениями является возможность укрепления своего здоровья и профилактики заболеваний. Благоприятное воздействие на организм физических упражнений известно очень давно и не вызывает сомнений

и в настоящее время его можно рассматривать по двум взаимосвязанным направлениям: формирование здорового образа жизни и уменьшение вероятности заболеваний, в том числе и профессиональных; лечебное воздействие физических упражнений при многих видах болезней.

2. Двигательно-деятельностные мотивы. При выполнении физической работы прослеживается снижение производительности труда, которое происходит вследствие его монотонности, однообразия. Непрерывное выполнение умственной деятельности приводит к понижению процента восприятия информации, к большему числу профессиональных ошибок. Выполнение специальных физических упражнений для мышц всего тела и зрительного аппарата значительно повышает эффективность релаксации, чем пассивный отдых, и удовольствие от самого процесса занятий физическими упражнениями. При занятиях физическими упражнениями в организме человека происходят изменения деятельности всех систем, в первую очередь сердечно-сосудистой и дыхательной [1, 7].

3. Соревновательно-конкурентные мотивы. Данный вид мотивации основывается на стремлении человека улучшить собственные спортивные достижения. Вся история человечества, процесс эволюции строились на духе соперничества, на соревновательном духе взаимоотношений. Стремление достичь определенного спортивного уровня, победить в состязаниях соперника — является одним из мощных регуляторов и значимой мотивацией к активным занятиям физическими упражнениями.

4. Эстетические мотивы. Мотивация студентов к занятиям физическими упражнениями заключается в улучшении внешнего вида и впечатления, производимого на окружающих (совершенствование телосложения, подчеркивание «выигрышных» особенностей фигуры, увеличение пластичности движений). Данная группа тесно связана с развитием «моды» на занятиях физической культурой и спортом [8].

5. Коммуникативные мотивы. Занятия физическими упражнениями с группой сподвижников, например, в клубах по интересам (оздоровительный бег, туризм, велоспорт, спортивные игры и т.п.), являются одной из значительных мотиваций к посещению спортивных сооружений. Совместные занятия физической культурой и спортом содействуют улучшению коммуникации между социальными и половыми группами.

6. Познавательные-развивающие мотивы. Данная мотивация тесно связана со стремлением человека познать свой организм, свои возможности, а затем и улучшить их с помощью средств физической культуры и спорта. Она во многом близка к соревновательной мотивации, но основана на желании победить себя, свою лень, а не соперника на состязании. Представленная мотивация заключается в желании максимально использовать физические возможности своего организма, улучшить свое физическое состояние и повысить физическую подготовленность [6].

7. Творческие мотивы. Занятия физической культурой и спортом дают неограниченные возможности для развития и воспитания в обучающихся творческой личности. Через познание огромных ресурсов собственного организма при занятиях физическими упражнениями личность начинает искать новые возможности в своем духовном развитии.

8. Профессионально-ориентированные мотивы. Группа данной мотивации связана с развитием занятий физической культурой, ориентированных на

профессионально важные качества студентов различных специальностей, для повышения уровня их подготовки к предстоящей трудовой деятельности. Профессионально-прикладная физическая подготовка обучающихся содействует развитию психофизической готовности студента к будущей профессии [2].

9. Административные мотивы. Занятия физической культурой являются обязательными в высших учебных заведениях России. Для получения контрольных результатов введена система зачетов, один из которых по предмету «Физическая культура». Своевременная сдача зачета по данной дисциплине, избежание конфликта с преподавателем и администрацией учебного заведения побуждают студентов заниматься физической культурой.

10. Психолого-значимые мотивы. Занятия физическими упражнениями положительно влияют на психическое состояние подрастающей молодежи, в особенности обучающейся: обретение уверенности в себе; снятие эмоционального напряжения; предупреждение развития стрессовых состояний; отвлечение от неприятных мыслей; снятие умственного напряжения; восстановление психической работоспособности. Определенные виды физических упражнений являются незаменимым средством нейтрализации отрицательных эмоций у человека.

11. Воспитательные мотивы. Занятия физической культурой и спортом развивают в личности навыки самоподготовки и самоконтроля. Систематические занятия физическими упражнениями содействуют развитию морально-волевых качеств, а также воспитанию патриотизма и гражданственности [4, 8].

12. Статусные мотивы. Благодаря развитию физических качеств у подрастающего поколения увеличивается их жизнестойкость. Повышение личностного статуса при возникновении конфликтных ситуаций, разрешаемых в ходе физического воздействия на другую личность, а также увеличение потенциала жизнестойкости в экстремально-личностных конфликтах, активизирует участие молодежи в физкультурно-спортивной деятельности.

13. Культурологические мотивы. Данная мотивация приобретает у подрастающего поколения с воздействием, оказываемым средствами массовой информации, обществом, социальными институтами, в формировании у личности потребности в занятиях физическими упражнениями. Она характеризуется влиянием на личность культурной среды, законов социума и законами «группы» [7].

Проанализировав примерную программу дисциплины «Физическая культура» федерального компонента цикла общегуманитарных и социально-экономических дисциплин в государственном образовательном стандарте высшего профессионального образования второго поколения, была определена модель мотивации к занятиям физической культурой в рамках федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) в педагогическом вузе [9, 10]. Среди обучающихся в 2007–2008 учебном году был проведен социологический опрос, в котором приняли участие 584 студента различных факультетов и курсов Глазовского государственного педагогического института им. В.Г. Короленко, с целью выявления доминирующих мотивирующих факторов на занятия физической культурой.

Результаты опроса представлены в модели мотивации к занятиям физической культурой в рамках ФГОС (рисунок).



Модель мотивации к занятиям физической культурой в рамках ФГСО

Представленная модель и результаты социологического опроса студентов подтверждают, что большая часть студентов, у которых преобладает административная мотивация, не на должном уровне имеют возможность выполнить поставленную перед ними стандартом цель курса «Физическая культура», так как их доминирующие мотивы к занятиям физическими упражнениями не соответствуют задачам физического воспитания в вузе. Также хотелось бы отметить, что одна из основных мотиваций (профессионально-ориентированная), которая тесно связана с воспитанием профессионально важных качеств будущего дипломированного специалиста, преобладает только у 1% обучающихся.

В период с 2008 по 2010 г. (2008–2009 и 2009–2010 учебные года) нами была внедрена в воспитательно-образовательный процесс по физическому воспитанию в вузе программа модернизации занятий физической культурой в педагогическом вузе:

1. Специфика факультетов и различных специальностей, анализ программ позволили содержательно обогатить учебную программу по физической культуре различными видами спорта и нетрадиционными видами физических упражнений для каждого из факультетов педагогического вуза.

Обоснованность введения различных элементов в содержание физического воспитания осуществляется по четырем критериям:

- физиологические особенности студентов на основе медицинского осмотра и результатов функциональной диагностики;
- психологические характеристики студентов на основе результатов обследования психолога;

– отбор элементов в содержание физического воспитания по профессиональной ориентации.

– мотивационная направленность студентов на основе анкетирования, опросов и специальных тестов.

На факультете педагогического и художественного образования активно внедряются новые элементы содержания физического воспитания в образовательный процесс. Будущие учителя музыки обучаются на занятиях физической культуры основам аэробики, восточных танцев, дыхательной гимнастики и ритмики. Упражнения дыхательной гимнастики положительно влияют на органы дыхания студентов, в свою очередь, танцы и ритмические упражнения развивают координационные способности. Студенты специальностей «Педагогика и методика начального и дошкольного образования» занимаются помимо различных видов основной программы по физической культуре разнообразными подвижными играми и различными видами гимнастики, включая иностранные системы. Обучение представленным элементам содержания физического воспитания содействует студентам на практике и в их будущей профессиональной деятельности в преподавании физической культуры в детском саду и в начальной школе.

На историко-лингвистическом факультете совершенствование системы физического воспитания проходит в двух направлениях. Для студентов специальностей «история» и «культурология» введены в содержание физического воспитания занятия туризмом, включая спортивное ориентирование, греблю на байдарках, скалолазание и пулевую стрельбу. Занятия различными видами туризма развивают студентов для активного участия их в экспедициях и различных

поисках. Обучение пулевой стрельбе совершенствует в воспитанниках внимание и точность, так как будущие учителя истории при различных исследованиях должны обращать внимание на детали, уметь точно измерять расстояния и замечать «мелочи». Студенты, обучающиеся по специальности «иностранный язык», основная часть которых представлена девушками, на занятиях физической культурой обучаются фитнесу для коррекции фигуры и бадминтоном. В дальнейшем планируется ввести в учебную программу для студентов специальности «Иностранный язык» фигурное катание.

Содержание программы по физической культуре физико-математического факультета, который представлен преимущественно студентами юношами, обогащено силовыми и игровыми видами спорта. Студенты на занятиях физической культурой распределяются в две учебные группы. В первой учебной группе юноши обучаются различным играм: баскетболом, волейболом, футболом, лаптой и т.п. Студенты второй группы занимаются пауэрлифтингом, гиревым спортом, жимом лежа и различными видами силового фитнеса в тренажерном зале. Планируется для студентов активно занимающихся атлетической гимнастикой ввести специализацию силового экстрима.

На факультете социальных коммуникаций и филологии в программу по физическому воспитанию для специальности «Социальный педагог» введены занятия по основам самозащиты для женщин, рукопашного боя и борьбы. В будущей профессиональной деятельности выпускникам пригодятся полученные знания и практические навыки для работы с «трудными подростками» и детьми из неблагополучных семей. Студенты, обучающиеся по специальности «Русский язык и литература» и «Удмуртский язык» имеют возможность заниматься акваэробикой и различными видами плавания.

Юноши, по результатам медосмотра записанные в специальную медицинскую группу, занимаются на занятиях физической культурой настольным теннисом. Девушки, распределенные предварительной медицинской проверкой в эту же специальную группу, обучаются калланетике, пилатесу, бодифлексу и фитболу. Эти системы физических упражнений отвечают требованиям к занятиям со студентами данной группы тем, что учтены противопоказания к бегу, силовым упражнениям, прыжкам, упражнениям с большой амплитудой. Студенты, освобожденные от занятий физической культурой по состоянию здоровья, занимаются шахматами.

2. Во внеучебное время студенты всех курсов, а также студенты, обучающиеся на заочном отделении, имеют возможность заниматься спортивными специализациями при кафедре безопасности жизнедеятельности и различными видами спорта в секциях спортивного клуба при институте: волейбол, баскетбол, легкая атлетика, бадминтон, силовая гимнастика, гиревой спорт, основы самообороны, пауэрлифтинг, рукопашный бой, парашютный спорт, настольный теннис, аква-аэробика, греко-римская борьба, футбол, йога, бальные танцы, шахматы, калланетика, аэробика, бодифлекс, пулевая стрельба, кикбоксинг, восточные танцы, туризм.

3. На основе Государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования в учебных планах вузов по всем направлениям и специальностям высшего профессионального об-

разования в цикле общих гуманитарных и социально-экономических дисциплин предусмотрено выделение 408 часов на дисциплину «Физическая культура» в обязательном курсе на весь период обучения с проведением итоговой аттестации. Для построения учебного процесса предлагается примерное распределение обязательных учебных часов на освоение основных разделов программы на 4 года обучения: 1–2 курсы по 4 часа (2 пары) в неделю, 3–4 курсы по 2 часа (1 пара) в неделю. Для обеспечения повышения функциональной и двигательной подготовленности, уровня здоровья и физического развития студентов им предлагаются 6-часовые (3 пары) занятия в неделю в спортивных специализациях и секциях спортивного клуба при вузе. Увеличение времени на занятия физическими упражнениями положительно влияет на личность в оздоровительном, воспитательном, образовательном и профессионально-развивающем аспектах.

4. Ежегодно проводятся внутривузовские научно-методические конференции «Здоровьесберегающие технологии в образовательных учреждениях» и «Модернизация физической культуры в педагогическом вузе», мастер-классы, круглые столы и методические семинары по физической культуре и спорту. На этих мероприятиях демонстрируются современные популярные методики занятий физическими упражнениями и актуальные для подрастающей молодежи системы физических упражнений, активно обсуждаются системы педагогических идей и инновационных взглядов подрастающей молодежи в контексте физкультурно-оздоровительной деятельности, которые способствуют наиболее успешному освоению студентами ценностей профессии педагога и осознания положительного влияния на этот процесс занятий физической культурой.

Для выявления результатов внедрения в воспитательно-образовательный процесс по физическому воспитанию программы модернизации занятий физической культурой в педагогическом вузе в начале 2010–2011 учебного года нами был проведен констатирующий социологический опрос, в котором приняли участие 588 студентов различных факультетов и курсов Глазовского государственного педагогического института им. В.Г. Короленко, с целью выявления доминирующих мотивирующих факторов на занятия физической культурой.

Результаты исследования и их обсуждение

При анализе полученных данных показателей констатирующего социологического опроса студентов с целью выявления доминирующих мотивирующих факторов на занятия физической культурой были выявлены следующие результаты:

1. Внедрение в воспитательно-образовательный процесс по физическому воспитанию программы модернизации занятий физической культуры в педагогическом вузе повлияло на мотивационно-ценностное отношение обучающихся. Значительно повысилось количество студентов с профессионально-ориентированной мотивацией к занятиям физической культурой (с 1 до 9%). Также наблюдается увеличение

числа студентов с доминирующими оздоровительными (с 12 до 17%), познавательно-развивающими (с 4 до 7%), соревновательно-конкурентными (с 4 до 6%) и двигательными (с 2 до 4%) мотивами. На 1% увеличилось число студентов с воспитательными, эстетическими и коммуникативными мотивами к занятиям физической культурой. Студентов с административной мотивацией, количество которых преобладало перед началом внедрения экспериментальной программы, стало существенно меньше (с 59 до 36%).

2. Полученные результаты после эксперимента свидетельствуют о том, что студенты, имеющих мотивационно-ценностное отношение к занятиям физической культурой, соответствующего цели курса «Физическая культура», прописанного в стандарте образования, стало существенно больше (с 41 до 64%). Выявленные показатели подтверждают положительное влияние исследовательской работы на воспитательно-образовательный процесс по физическому воспитанию в вузе.

3. В итоге внедрения авторской программы засвидетельствован самый наибольший показатель роста профессионально-ориентированной мотивации к занятиям физическими упражнениями среди студентов (в 9 раз). Это указывает на то, что внедрение авторской программы модернизации активно влияет на осознание студентами важности занятий физической культурой для их будущей профессиональной деятельности.

4. Из анализа модификации мотивационно-ценностного отношения студентов к занятиям физической культурой наблюдается изменение у подрастающей молодежи в приоритетах выбора задач занятий физической культурой в вузе, поставленных федеральным государственным стандартом образования. Обучение физической культуре по экспериментальной программе ориентирует студентов на выполнение не только оздоровительных, образовательных и воспитательных задач средствами физической культурой, но и развивающих, в частности профессионально-развивающей направленности.

Выводы и заключение

Для успешного формирования мотивационно-ценностного отношения студентов к физической культуре в педагогическом вузе, ориентированного на выполнение цели, стоящей перед предметом «Физическая культура» в высших учебных заведениях, нами были разработаны следующие психолого-педагогические условия:

1. Совершенствование ценностного отношения к физическому воспитанию возможно:

– на основе использования дифференцированного подхода на учебных занятиях, осуществляемого на основе изучения мотивации обучающихся и комплексной диагностики индивидуальных и личностных качеств студентов, позволяющих определить их предрасположенность к овладению определенными видами физкультурно-спортивной деятельности, системы физического воспитания или видов спорта;

– на основе деятельностного подхода, проявляющегося во включении всех студентов в различные виды физкультурно-спортивной деятельности, каждый студент получит возможность найти область деятельности, в большей степени соответствующую его физическому развитию, интересам, и склонностям.

2. Достижение максимального соответствия между структурой физкультурно-спортивной деятельности в высшем учебном заведении и направленностью, содержательностью процесса профессионализации, заключающегося в подготовке студента к будущей профессиональной деятельности. Обеспечение взаимосвязи физического воспитания с профессиональной ориентацией личности будущей специализации, направленной на ценностное понимание занятий физической культурой как одного из способов успешного выполнения социальных и профессиональных функций.

3. С целью удовлетворения потребностей занимающихся физической культурой следует учитывать специфические особенности обучения предмету «Физическая культура» от других дисциплин в высшем учебном заведении. В связи с этим приобретает необходимость проведения занятий физическими упражнениями во внеучебное время и во второй половине дня.

4. Для интенсификации процесса физического воспитания в вузе необходимо увеличение занятий физической культурой за счет вовлечения студентов в физкультурно-спортивную деятельность спортивного клуба вуза. Систематические занятия физической культурой и спортом способствуют активному формированию физической культуры личности.

5. Содержание психолого-педагогических воздействий и ситуаций, на основе конструктивного педагогического взаимодействия (тренер-преподаватель – студент) на теоретических и практических занятиях, научно-методических семинарах и конференциях, активизирует у студентов переоценку прежнего мотивационного от-

ношения к занятиям физической культурой. Посредством расширения диапазона знаний о физкультурно-спортивной деятельности, ее ценностного предназначения для личности и общества возможно смещение акцентов у студентов с традиционной административной направленности физкультурно-оздоровительной деятельности на её оздоровительный, воспитательный, образовательный и профессионально-развивающий потенциал.

Список литературы

1. Бауэр В.А. Формирование интересов и потребностей к занятиям физической культурой и спортом у будущих учителей: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – М., 1987. – 23 с.
2. Виленский М.Я. Формирование физической культуры личности учителя в процессе его профессиональной подготовки: дис. ... д-ра пед. наук в форме науч. доклада. – М., 1990. – 84 с.
3. Лотоненко А.В. Педагогическая система формирования у студенческой молодежи потребностей в физической культуре: автореф. дис. ... д-ра пед. наук. – Краснодар, 1998. – 39 с.
4. Рогов М.Г. Ценности и мотивы личности в системе непрерывного профессионального образования: дис. ... д-ра псих. наук. – Казань: 1999. – 349 с.
5. Сластенин В.А. Педагогика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. завед. – М.: Академия, 2007. – 567 с.
6. Окуньков Ю.В. Физическое воспитание как фактор всесторонней подготовки специалиста (на примере технических вузов): автореф. дис. ... канд. пед. наук. – М., 1975. – 16 с.
7. Пятков В.В. Формирование мотивационно-ценностного отношения студентов к физической культуре: на материале педвузов: дис. ... канд. пед. наук. – Сургут, 1999. – 184 с.
8. Ценностно-мотивационные ориентации студентов вузов в современной России (К проблеме мониторинга качества образования): сб. статей под ред. науч. пед. проф. И.А. Зимней. – М., 2000. – 88 с.
9. Приказ Минобразования России «Об организации процесса физического воспитания в образовательных учреждениях начального, среднего и высшего профессионального образования» от 01.12.99 № 1025.
10. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 29.04.99 № 80-ФЗ.

Рецензент –

Сафонова Т.В., д.п.н., профессор кафедры педагогики ФГОБУ ВПО «Глазовский государственный педагогический институт им. В.Г. Короленко», г. Глазов.

Работа поступила в редакцию 01.03.2011.