

ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ СОВРЕМЕННОГО ВУЗА

Кондаков В. Л., Копейкина Е. Н., Балышева Н. В., Усатов А. Н., Скруг Д. А.

ФГАОУ ВПО «Белгородский государственный национальный исследовательский университет», Белгород, Россия (308015, Белгород, ул. Победы, 85), evgeniyakopeikina@yandex.ru

В статье представлено мнение специалистов в области физического воспитания о необходимости повышения интереса у студенческой молодежи к систематическим занятиям физической культурой и спортом. Обоснована целесообразность поиска новых методов организации занятий по физической культуре и таких способов воздействия, которые обеспечили бы формирование положительной направленности личности на систематические занятия физической культурой и спортом. Также в статье представлены результаты исследования отношения студентов к занятиям физической культурой и спортом в вузе. Анализируются основные причины снижения интереса студентов к систематическим занятиям физической культурой и спортом. Анонимное анкетирование позволило выявить основные мотивы систематических занятий физической культурой. Проведен сравнительный анализ интереса у студентов к занятиям физической культурой в школе и вузе. Выявлены виды двигательной активности, наиболее интересны студентам, как для самостоятельных занятий, так и для занятий в учебном заведении.

Ключевые слова: студенты, физическая культура и спорт, двигательная активность, интерес, направленность личности.

STUDENTS' ATTITUDES TOWARDS PHYSICAL TRAINING AND SPORTS IN THE EDUCATIONAL SPACE OF THE MODERN UNIVERSITY

Kondakov V. L., Kopeikina E. N., Balysheva N. V., Usatov A. N., Skrug D. A.

Belgorod State University, Belgorod, Russia (308015, Belgorod, Pobeda st., 85), evgeniyakopeikina@yandex.ru

The article presents the opinion of experts in the field of physical education on the need to increase student interest in young people to systematic physical training and sports. The expediency of the search for new ways of organizing physical training and the impact of such methods that would allow the formation of a positive direction, laziness person to systematic physical education and sports. Also in the article are presented the results of the students' attitudes toward physical culture and sports in high school. In this article is analyzed the main reasons for the declining interest of students to regular PE exercise and sports. Anonymous survey revealed the main motives of systematic physical training. It was done a comparative analysis of interest to the students's-physical education training at school and in university. There are shown the kinds of motor activity, which are the most interesting to the students either for self-education or in university's studies.

Keywords: students, physical training and sports, physical activity, interest, orientation of the personality.

Осознанная направленность личности на занятия физической культурой и спортом является одним из основополагающих элементов формирования физической культуры в современном обществе. Именно она определяет поведение личности, отношение к себе и окружающим. Направленность личности раскрывается не в отдельных, случайных поступках человека, а в избранной, главной сфере деятельности [7].

Вопросам направленности личности посвящено значительное количество исследований, однако проблема формирования направленности личности учащейся молодежи продолжает оставаться актуальной. В современной ситуации важным становится переосмысление содержания, методов и приемов формирования направленности личности на основе личностно-деятельностного подхода, ставящего в центр педагогических

исследований анализ субъективных факторов в понимании ценностей, идеалов, смысла в различных видах деятельности. Особую тревогу вызывает наблюдаемое в практике отсутствие у большинства студентов положительной направленности на занятия физической культурой и спортом [7].

Следует отметить, что занятия по физической культуре будут тем эффективнее, чем яснее молодежь осознает цели физической культуры и личностную ценность таких занятий. Поэтому необходим поиск таких методов организации занятий по физической культуре, способов воздействия, которые наиболее действенно могли бы обеспечить формирование положительной направленности личности на занятия физической культурой.

Анализ результатов сформированности направленности личности учащихся разных возрастных групп показал, что к старшему школьному возрасту существенно снижается число учащихся, с положительной направленностью на занятия физической культурой (до 30 %), а в вузе данный результат только стабилизируется.

Применение только традиционных методов и способов воздействия, зачастую разрозненных между собой, слабо учитывающих индивидуально-типологические особенности учащихся, являются недостаточно перспективными. Целесообразнее использовать такую целостную систему специфических форм организации занятий и способов воздействия, которые отвечают гуманистическому принципу «побуждать, а не понуждать» и, тем самым, усиливают интерес обучающихся к той деятельности, на которую их ориентирует педагог. Функция таких способов воздействия должна заключаться в обеспечении перестройки мотивационной сферы студентов, адекватно принятой ими цели деятельности, в результате чего формируется положительная направленность на нее.

Динамику направленности личности в самом общем виде можно представить следующим образом: на базе различных элементарных потребностей у человека появляются влечения. Осознаваясь, влечения переходят в желания. Удовлетворение влечений, желаний связано с проявлением воли и эмоциональными процессами. Потребности вначале проявляются как эмоциональное состояние, затем это состояние, становясь устойчивым, осознается, обобщается, становится мотивом деятельности. Одновременно потребности становятся формой проявления направленности. Удовлетворение потребностей ведет к активизации деятельности.

Целью исследования являлся анализ направленности интересов студенческой молодежи на занятия физической культурой и спортом. В последнее время большое количество специалистов в области физического воспитания поднимают вопрос о необходимости повышения интереса и улучшения отношения учащейся молодёжи к занятиям физической культурой и спортом [1, 2, 3, 4, 5, 6]. В 2013–14 уч. году

преподавателями кафедры физического воспитания № 1 НИУ «БелГУ» было проведено анонимное анкетирование студентов 1–3 курсов различных специальностей. В опросе приняло участие 448 студентов, из них – 150 юношей и 298 девушек. Анализ результатов сформированности направленности личности студентов показал, что у большинства практически не сформирована направленность на занятия физической культурой и спортом.

Изучение сформированности направленности личности студента на занятия физической культурой позволяет утверждать, что направленность в целом находится на низком уровне. Необходимо отметить, что 29 % девушек и 4,5 % юношей вообще никогда не занимались спортом. Большинство студентов, помимо обязательных занятий, не занимается физической культурой, хотя по данным анкетирования 28,5 % юношей и 39 % девушек указывают, что именно в их вузе имеются все условия для занятий физической культурой и спортом в удобное для них время. Установлено, что подавляющее большинство студентов 1 курса (75,8 %) посещают учебные занятия в связи с необходимостью и лишь 9,4 % посещают занятия физической культуры с желанием.

Некоторый оптимизм вызывают результаты анализа ответов студенческой молодёжи на вопрос о цели посещения ими занятий по физической культуре в вузе (рис. 1). Несмотря на то, что у основной массы занимающихся целью посещения занятий является получение зачёта, а у меньшей части – укрепление здоровья, их процентное соотношение от курса к курсу меняется в лучшую сторону.

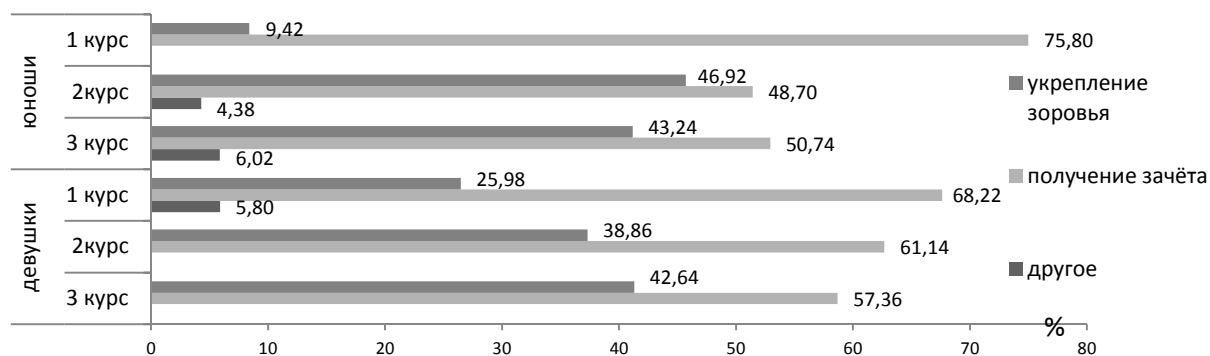


Рис. 1 Цель посещения занятий физической культурой студентами

Мотивы занятий физической культурой, по мнению Н. И. Пономарёва, В. М. Рейзина [7], – это главное условие их эффективности. Анонимное анкетирование студентов белгородских вузов показало, что 70 % студентов ходят на занятия физической культуры исключительно, чтобы получить зачёт (экзамен); 20 % – чтобы отвлечься от аудиторных занятий; 7 % – чтобы «убить» время; и лишь 3 % – чтобы повысить уровень физической подготовленности. Таким образом, можно заключить, что, во-первых, большинство студентов не осознаёт значения физической культуры для своего здоровья и будущего

успеха в профессии и жизни, во-вторых, большинству из них (и тем, кто ходит на занятия регулярно, и тем, кто их пропускает) недостаточно интересно содержание этих занятий.

Анализ ответов студентов на вопросы, позволяющие оценить их образ жизни и определить факторы способствующие снижению уровня здоровья, также вызывает тревогу (рис. 2).

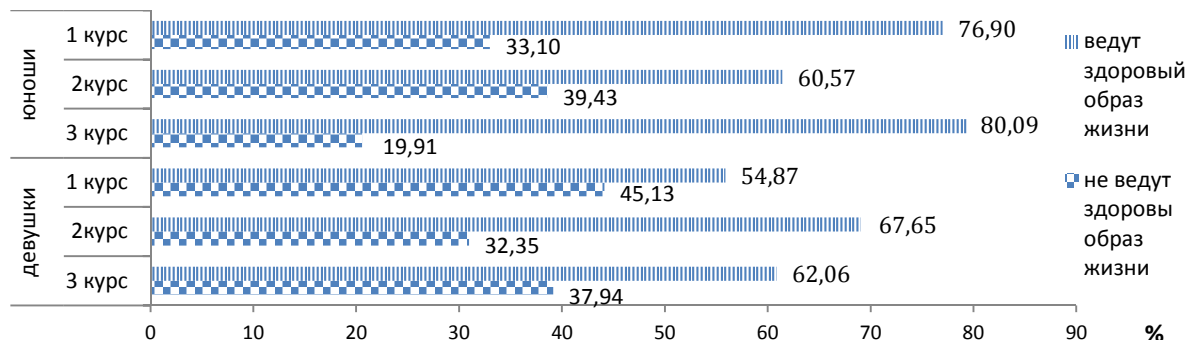


Рис. 2. Самооценка здорового уровня жизни студентов НИУ «БелГУ»

Научно обоснованная потребность молодого организма в движениях соответствует 14–19 тысячам шагов в сутки, или 1,3–1,8 часа в день. При этом самооценка двигательной активности студентов свидетельствует о её недостаточности. Проведенные нами исследования показали, что реальная величина двигательной активности студентов явно ниже их самооценки. Так, большинство юношей характеризуют свою двигательную активность как выше среднего, а большинство девушек – как среднюю (рис. 3).

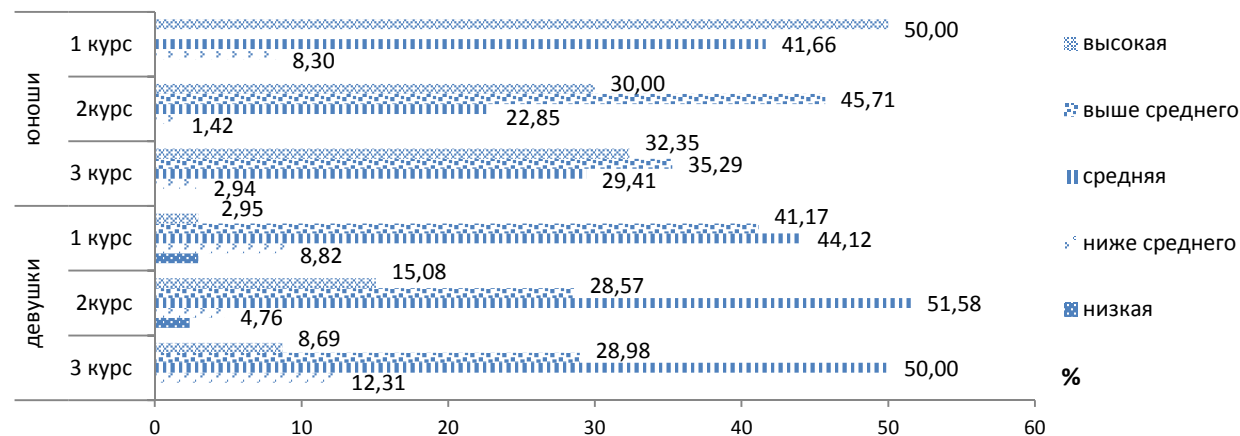


Рис. 3. Самооценка двигательной активности студентов НИУ «БелГУ»

При ответе на вопрос о том, какой интерес проявляли к занятиям физической культурой в школе, студенты разных курсов дали несколько противоречивые ответы (рис. 4).

Казалось бы, интерес к занятиям в школе у студентов всех курсов должен быть на одинаковом уровне и не изменяться с возрастом. Однако при анализе ответов было установлено, что от курса к курсу повышается интерес к занятиям физической культурой во время обучения в школе. Возможно, это связано с тем, что, занимаясь физической культурой в вузе, студенты все чаще вспоминают занятия в школе с ностальгией, так как на

занятиях в школе им было более интересно. Анализ ответов на вопрос о проявляемом интересе к занятиям физической культурой в вузе подтверждает предположение о том, что с возрастом интерес к таким занятиям по ряду причин снижается и у девушек, и у юношей.

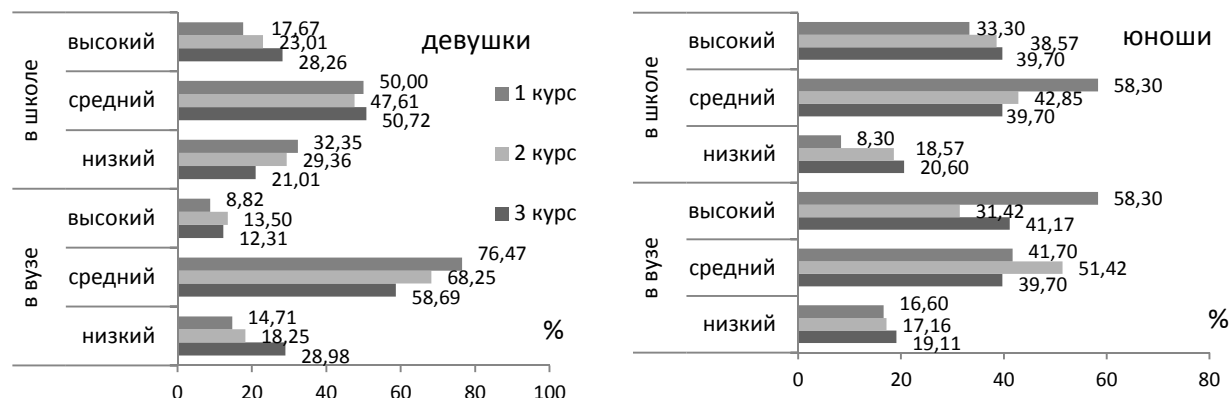


Рис. 4. Интерес к занятиям физической культурой в школе и вузе у студентов НИУ «БелГУ»

Подтверждением прогрессирующего снижения двигательной активности студенческой молодежи явилось сравнение результатов ответов на вопрос о занятиях в спортивных секциях вовремя обучения в школе и в последующем в вузе (рис. 5).

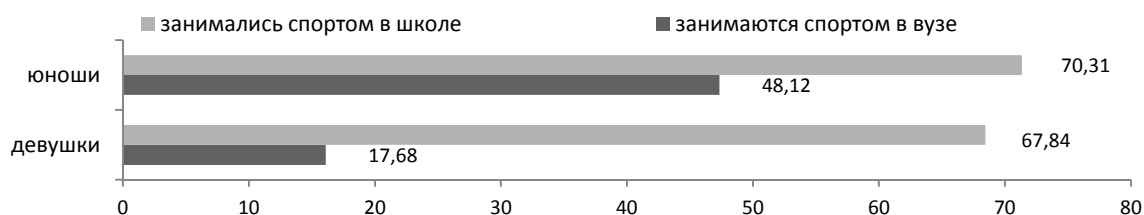


Рис. 5. Занятия в спортивных секциях студентами НИУ «БелГУ» до поступления в вуз и во время обучения в вузе

Особенно резко после школы прекращают заниматься спортом девушки. Возможно, это связано с недостатком свободного времени, которое они начинают тратить на подготовку домашних заданий, общение с новыми друзьями и т.д. Изучение ответов студентов о видах спорта, которыми они занимались в школе или занимаются в настоящее время, позволило выявить наиболее популярные виды двигательной активности. Большинство юношей выделили спортивные игры. Девушки в школьные годы чаще занимались спортивными играми, а во время обучения в вузе стали уделять внимание аэробике и её разновидностям.

В ответах на вопрос о необходимости внести изменения в содержание учебной программы по предмету «Физическая культура» мнения студентов разделились. Большинство студентов считают необходимым внести некоторые коррективы в учебный процесс, а остальные не хотят никаких изменений в программе занятий. Причем, у студентов специального учебного отделения, от курса к курсу, возрастает посещаемость, и они в меньшей степени хотят каких-либо изменений в программе занятий. Возможно, это является

следствием того, что студенты специального учебного отделения от курса к курсу в процессе практических занятий, получая дополнительные, в том числе и теоретические знания и применяя их на практике, осознают эффективность занятий физической культурой. В свободное от учёбы время студентам предоставляется право выбора вида двигательной активности, для них организовываются различные спортивные мероприятия. Но, несмотря на это, подавляющее число респондентов ответили, что не принимают участие в спортивной жизни факультета. И на старших курсах количество студентов, представляющих свой факультет на спортивных мероприятиях, снижается.

Негативная тенденция наблюдается в отношении студентов к возможности включения обязательных занятий физической культурой на 4 и 5 курсах. Если у юношей 1 курса выявляется явное желание продолжать занятия физической культурой на протяжении всего периода обучения в вузе, то уже на 2 и 3 курсах наблюдается некоторое снижение данного интереса. У девушек проявляется ещё более низкий интерес к регулярным занятиям физической культурой на 4 и 5 курсах. Уже на 1 курсе желающих заниматься физическими упражнениями на старших курсах выявляется немного, а в дальнейшем таких студентов становится ещё меньше.

Очевидно, что повышение двигательной активности (ДА) студентов невозможно без формирования у них искреннего интереса к занятиям физической культурой и осознанного желания заниматься физическими упражнениями дополнительно. Учет интереса, проявляемого студентами к какому-либо виду спорта, позволил бы повысить эффективность занятий физической культурой. Полученные данные свидетельствуют, что для большинства респондентов наиболее привлекательны занятия аэробикой (24 %), спортивными играми (20 %), плаванием и прыжками в воду (18 %). Значительная часть опрошенных (около 40 %) желали бы заниматься интересующими их видами физических упражнений дополнительно, вне учебного расписания.

Заключение. Результаты проведённого опроса оптимистичны в том смысле, что свидетельствуют о наличии интереса к двигательной активности и готовности заниматься у большинства студентов. В то же время эти результаты заставляют задуматься о поиске возможностей и путей организации работы кафедр физического воспитания так, чтобы студенты могли заниматься теми видами физических упражнений, которые их интересуют и для занятий которыми они готовы находить дополнительное время.

Таким образом, необходимость поиска путей повышения интереса к занятиям физической культурой и спортом студентов не вызывает сомнения. Грамотно организованные, динамичные, разнообразные, увлекательные занятия физической культурой служат целому ряду перспективных целей. Всё вышесказанное свидетельствует о

необходимости принятия серьёзных мер по привитию студентам интереса к различным видам двигательной активности, по формированию направленности личности на занятия физической культурой и спортом, а также в целом формирования у них установок на здоровый образ жизни.

Список литературы

1. Балышева, Н. В. Общая характеристика проблемы дефицита двигательной активности студентов с ограниченными возможностями кардиореспираторной системы / Н. В. Балышева, М. Д. Богоева, М. В. Ковалева, Е. Н. Копейкина, О. Г. Румба // Культура физическая и здоровье: науч.-методич. журнал. – Воронеж: Изд-во ВГПУ, 2013. – Вып. 4 (46). – С. 85-90.
2. Бочарова, В. И. Технология повышения физической работоспособности студенток на основе системы Пилатеса // Культура физическая и здоровье: науч.-методич. журнал. – Воронеж: Изд-во ВГПУ, 2011. – Вып. 6 (36). – С. 34-36.
3. Горелов, А. А. К вопросу об использовании самостоятельной физической тренировки в образовательном пространстве современного вуза / А. А. Горелов, В. Л. Кондаков, А. Н. Усатов // Физическое воспитание студентов. – 2013. – № 1. – С. 17-26. doi:10.6084/m9.figshare.156351.
4. Горелов, А. А. Опыт использования средств физической культуры для повышения умственной и физической работоспособности, снижения нервно-эмоционального напряжения студентов с нарушениями в состоянии здоровья / А. А. Горелов, О. Г. Румба, В. Л. Кондаков // Научные ведомости Белгородского государственного университета. – Белгород: Изд-во БелГУ, – 2010. – № 6 (77). – Вып. 5. – С. 185-192.
5. Грачёв, А. С. Улучшение работы зрительного анализатора у студентов компьютерных специальностей // Современные проблемы науки и образования. – 2012. – № 6. – С. 341.
6. Жован, Г. Ф. О проблеме повышения квалификации преподавателей физической культуры, работающих в специальном учебном отделении / Г. Ф. Жован, О. Г. Румба // Теория и практика физической культуры. – М., 2015. – № 2. – С. 37-39.
7. Пономарёв, Н. И. О формировании потребности человека в физкультурно-спортивной деятельности (теоретический аспект) / Н. И. Пономарёв, В. М. Рейзин // Теория и практика физической культуры. – М., 1988. – Вып. 10. – С. 2-4.

Рецензенты:

Сущенко В. П., д.п.н., профессор, и.о. директора Института физической культуры, спорта и туризма, ФГАОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный политехнический университет Петра Великого», г. Санкт-Петербург;

Румба О. Г., д.п.н., профессор, профессор кафедры «Теории и методики физической культуры», Института физической культуры, спорта и туризма ФГАОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный политехнический университет Петра Великого», г. Санкт-Петербург.