

Інформація об авторах:

Чуча Юрій Іванович – доцент кафедри фізического виховання.

Шумарова Дар'я Валентинівна – ст. преподаватель кафедри фізического виховання
Харківська державна академія дизайну і мистецтв, Україна

Буц Алла Ніколаєвна – доцент кафедри фізического виховання і спорту, мастер
спорту міжнародного класу

Українська державна академія залізничного транспорту, г. Харків,
Україна

ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЙНОГО ВІДНОШЕННЯ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ ЯК ФАКТОР, ЩО СПРЯМОВАНИЙ НА ПРИДБАННЯ СТУДЕНТАМИ ЗДОРОВ'Я ЯК ЦІННІСНОГО ОРІЄНТУВАННЯ

Шепеленко Т.В., Лучко О.Р.

Українська державна академія залізничного транспорту, м. Харків

В останні роки система освіти постійно реформується. Розробляються програми, багато з яких мають позитивні результати. Але відмічається різке зниження чисельності здорових молодих людей до моменту вступу до ВНЗ, це пов'язане з навчальними навантаженнями (підвищена складність навчального матеріалу, необхідність відвідування факультативних занять та ін.). Все це призводить до дефіциту часу для додаткових занять фізичними вправами, з цього випливає зниження рухової активності молоді.

Ряд досліджень відмічає зміни в мотивації у відношенні до занять фізичною культурою та спортом.

Одним з неблагоприємних факторів, що затримує формування звички до занять фізичною культурою – знехтування фізичної діяльності.

Для того, щоб вирішити дану проблему, необхідно виявити основні причини та зуміти знайти шляхи їх вирішення. По-перше, це недостатність вільного часу, в тому, яка пов'язана з великим обсягом навчального навантаження, наявністю більш цікавих та важливих справ, а також задоволеність станом свого здоров'я та фізичної підготовленості. По-друге, це незадоволення умовами проведення занять з фізвиховання (нестача інвентарю, обладнання, погані санітарно-гігієнічні умови та ін.), їх зміст (відсутність зацікавленості до тих чи інших видів спорту) та методи, якими викладач керується (форма викладання матеріалу, не завжди викладач враховує можливості та бажання студента).

З метою формування активного позитивного відношення молоді до фізичної культури необхідно розробити експериментальну програму, яка вирішувала б такі задачі: формування у молоді мотивів фізкультурно-

спортивної діяльності, підвищення в них рівня організованої рухової активності та стимулювання самостійної рухової активності студентів.

До критеріїв оцінювання відношення до занять з фізвиховання слід відносити відвідування занять з фізвиховання, спортивних секцій, участь у спортивних, фізкультурно-оздоровчих масових заходах, додержання режиму рухової активності.

Заняття з фізичного виховання є колективною дією, яка спрямована на фізичне удосконалення студентів, але для деяких студентів це є єдиною формою занять фізичними вправами двічі на тиждень. Незадоволеність організацією процесу фізичного виховання у ВНЗ призводить як до нерегулярних відвідувань занять з фізичного виховання, так і до зниження мотивації до спортивних занять у поза навчальний час. Для підвищення ефективності процесу фізичного виховання, викладачам слід враховувати: диференційний підхід до студентів, що призведе до адекватності фізичних навантажень; при проведенні підготовчої частини заняття бажано використовувати музичний супровід, що робить заняття фізичними вправами більше емоційними і цікавими як для дівчат так і для юнаків; відведення більше часу для варіативного компоненту при виборі фізичних вправ, з урахуванням інтересів студентів. Вагомими причинами відсутності інтересу до занять фізичною культурою є слабкий інтерес до занять фізичними вправами самостійно; недосконалість педагогічного контролю фізичного стану у процесі фізичного виховання.

Крім занять з фізичної культури необхідно впроваджувати у процес формування активного позитивного відношення до предмету поза навчальні заходи, які підвищують не тільки рухову активність, але й формують необхідні знання, уміння, навички, що пов'язані з проведенням самостійних фізкультурно-спортивних заходів, які у свою чергу оптимізують розумову працездатність шляхом звільнення від нервово-емоційного напруження під впливом позитивних емоцій.

Слабка мотивація студентів до занять фізичною культурою – одна з проблем фізичного виховання у вищій школі. Спираючись на організацію навчально-виховної, спортивно-масової роботи в Українській державній академії залізничного транспорту (УкрДАЗТ), обов'язковими вимогами для початку занять є медичний огляд для студентів I та II курсів, за результатами якого студенти розподіляються по групах за станом здоров'я (основна та спеціально-медична група). Після першого заняття, за результатами опитування у своїй більшості студенти позитивно відносяться до необхідності занять фізичною культурою, але не у рамках навчального процесу. З мотивів, які збуджують до занять фізичною культурою, студенти УкрДАЗТ виділяють можливість займатися тими чи іншими видами спорту за бажанням (з метою зміцнення здоров'я, зняття нервового напруження та ін.).

Що стосується студентів, які не виявили в собі тягу до удосконалення умінь в виді спорту, то вони відвідують навчальні заняття з метою отримання заліку із-за можливих адміністративних санкцій. Таке

відношення складається з недостатнього розуміння мети та задач фізичного виховання у ВНЗ.

Постійно студентам доводиться до відома, що мета практичних, практично-методичних занять з фізичної культури у ВНЗ це не тільки підвищення рівня фізичної підготовленості та фізичного розвитку тих, хто займається, оскільки зрозуміло, що за 4 години на тиждень, які відведені на заняття з фізичного виховання у рамках навчальної програми, складно досягти значних змін цих показників.

На кожному наступному занятті студенти отримують максимальний обсяг інформації про засоби, методи фізичної культури та ін. Отже, студенти отримують необхідну «порцію» інформації, щоб задовольнити потребу в отриманні соціально значущої інформації, навчитися оперувати нею у відповідності з особистими інтересами та схильністю до фізичної культури і спорту.

Студенти, які мають прагнення удосконалюватись, відвідують заняття в групах спеціалізації за такими видами спорту: волейбол (чол., жін.), баскетбол (чол., жін.), футбол, аеробіка оздоровча, гімнастика художня, легка атлетика, гирьовий спорт, пауерліфтинг, греко-римська та вільна боротьба, настільний теніс.

Для підвищення мотивації до занять фізичною культурою та спортом в УкрДАЗТ на протязі року, згідно з затвердженим календарним планом спортивно-масових заходів, спортивний клуб, до якого входять помічники деканів з фізичного виховання, тренери, викладачі, студентський актив факультетів, проводить: Спартакіаду академії серед I-х курсів (8 видів спорту), Спартакіаду академії серед факультетів (10 видів спорту). Найбільш масові спортивні заходи – Фестиваль аеробіки та художньої гімнастики, традиційне фізкультурно-спортивне свято «День здоров'я». Ведеться активна робота і в поза навчальний час.

У спортивному комплексі академії працюють 17 спортивних секцій з видів спорту. Окремі студенти-спортсмени та збірні команди приймають участь у Чемпіонатах, Першостях, Кубках України, міжнародних турнірах, Першостях Європи та Світу.

Така діяльність в УкрДАЗТ допомагає студентам досягти значної динаміки підвищення рівня фізичної підготовленості, прагненні до реалізації в спортивній діяльності (отримати максимальні результати – фізичні, емоційні, моральні). Такі показники однозначно служать позитивними факторами у формуванні стійкої мотивації до занять фізичними вправами, фіксуються у свідомості молодих людей та стають стимулом у подальшій діяльності.

Література

1. Купчинов Р.И. Физическая культура и здоровый образ жизни / Р.И. Купчинов, Т.Н. Глазко – МН. : Полымя, 2001.
2. Каптерев П.Ф. Саморазвитие и самовоспитание / П.Ф. Каптерев – М.: Педагогика, 2003. – 235с.
3. Гришин Н.Ф. Организация и содержание самостоятельных занятий физической

- культурою / Гришин Н.Ф., Ширяев А.Г., Бакулев С.Е. – Л. : ЛИИЖТ, 1996.
4. Шепеленко Т.В. Формування мотиваційного відношення у дівчат до занять з оздоровчої аеробіки, художньої гімнастики та черлідінгу в умовах ВНЗ / Т.В. Шепеленко, О.Р. Лучко // Матеріально-художня культура: проблеми теорії та практики : Всеукр. наук.-практ. конф, 13-14 трав. 2010 : статті / Харківська державна академія дизайну і мистецтв. – Х. : 2010. – С. 176-179.
 5. Шепеленко Т.В. Інтегральна оцінка стану фізичної культури та спорту в Україні / Т.В. Шепеленко, О.Р. Лучко // Всеукр. наук.-практ. конф, 13-14 трав. 2010 : статті / Харківська державна академія дизайну і мистецтв. – Х. : 2010. – С. 179-183.
 6. Шепеленко Т.В. Концептуально-методологічні підходи до створювання здоров'язберегаючої системи у технічному ВНЗ формами фізичного виховання / Т.В. Шепеленко, О.Р. Лучко // Физическое воспитание и спорт в высших учебных заведениях : Умеждународ. науч конф, 21 апр. 2009 г. : статті / Белгород. гос. технолог. ун-т им. Б.Г. Шухова. – Белгород, 2009. – С. 187-192.
 7. Шепеленко Т.В. Мета і завдання фізичного виховання. Фізична культура і система фізичного виховання у вищих навчальних закладах / Шепеленко Т.В., Буц А.М., Шевченко В.П. : конс. лекц. – Х. : УкрДАЗТ, 2011. – 19с.

Інформація об авторах:

Шепеленко Тетяна Валеріївна – старший викладач

Лучко Ольга Ростиславівна – старший викладач

Українська державна академія залізничного транспорту, м. Харків

e-mail: shepelenkou@mail.ru

ФОРМУВАННЯ У СТУДЕНТІВ ТВОРЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ (ТАКТИЧНОЇ, ТЕХНІЧНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ, УЯВИ, МИСЛЕННЯ) ЗАСОБАМИ АЕРОБІКИ, ХУДОЖНЬОЇ ГІМНАСТИКИ І ЧЕРЛІДІНГУ

Шепеленко Т.В., Лучко О.Р.

Українська державна академія залізничного транспорту, м. Харків

Аеробіка, художня гімнастика та черлідінг є оригінальною формою рухової діяльності, яка основана на зв'язку мистецтва зі спортом. Таки види спорту сприяють проявам індивідуальності.

Близькість цих видів спорту з мистецтвом забезпечує розвиток внутрішнього світу людини, рівня його рухової та духовної культури; створює умови різнобічного розвитку, фізичного удосконалення, формування морально-вольових та особистісних якостей, різних засобів самовираження.

Естетичний компонент рухів знаходить своє відображення через формування цілісності кожного елементу у поєднанні їх у зв'язки, переходи, комбінації. Композиції в аеробіці, художній гімнастиці,

Чуча Ю.И., Шумарова Д.В., Буц А.Н. Музыкально-техническое обеспечение тренировок	327
Шепеленко Т.В., Лучко О.Р. Формування мотиваційного відношення до занять фізичною культурою як фактор, що спрямований на придбання студентами здоров'я як ціннісного орієнтування	330
Шепеленко Т.В., Лучко О.Р. Формування у студентів творчої діяльності (тактичної, технічної майстерності, яви, мислення) засобами аеробіки, художньої гімнастики і черлідінгу	333
Шестерова Л.Є. Методи оцінки вихідного рівню фізичного стану студентів	337
Сосин И.К. Способ профессора И.К. Сосина экспертно-диагностической идентификации функционального состояния психофизиологической функции «глазомер» у спортсменов-футболистов	342