

IV Розділ

**ВПЛИВ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТІВ НА ФОРМУВАННЯ
ОСОБИСТОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ**

**РОЛЬ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ
СТУДЕНТА**

Присташ Юлія

Науковий керівник: ст. викладач Копилов О.М.

Національний університет «Кисво-Могілянська Академія»

Актуальність. Одним із чільних питань, що нині постали перед охороною здоров'я та фізичним вихованням в Україні, є проблема погіршення здоров'я населення, у тому числі й студентської молоді. Окрім незадовільного екологічного стану та панування малорухомого укладу життя, важливим чинником ситуації, що склалась, є низька питома вага фізичної культури та спорту в утвердженні здорового способу життя серед молоді. Так, фізичне виховання покликане зміцнити здоров'я студентів, сприяти збалансованому розвитку їх особистості, підготувати молодь до праці та захисту держави. Однак, заклики про неабияку оздоровчу значимість фізичного виховання здебільшого сприймаються як декларативні і на практиці недостатньо заохочують молодь до занять фізичною культурою. Це, у свою чергу, перешкоджає формуванню позитивного ставлення до занять із фізичного виховання серед учнів вищих навчальних закладів. Натомість, усвідомлення значної ролі рухової активності у розвитку особистості студента умотивує його приділяти більшу увагу своїй фізичній культурі. А від установки молоді на здоровий стиль життя, звісна річ, виграє й суспільство загалом.

Аналіз літератури. Питанню ролі фізичної культури в житті молодої людини приділено достатньо уваги у наукових публікаціях та посібниках. Однак, при порівнянні праць вітчизняних науковців з іноземними, бачимо, що

нам такі є що перейняти з досвіду закордонних колег. Тому під час написання даної роботи були використані як актуальні доробки українських авторів, так і праці російською та англійською мовами. Відштовхуючись від наукової роботи Д. Анікеєва щодо завдань фізичного виховання в програмно-нормативних документах України [1], було поставлено проблему відсутності чіткого формулювання мети занять з фізичного виховання. Для її вирішення за основу були взяті дослідження ціннісних орієнтацій студентства російського науковця М. Арвісто, представлені у його кандидатській дисертації [2]; стаття грецького дослідника Нікоса Думаніса, опублікована у Британському науковому журналі із освітньої психології, присвячена аналізу результатів соціального дослідження мотивації молоді [3]; а також підручник «Фізична культура студента» професора В. Ільїніча, виданий у Москві [4]. Окрім цього у ході підготовки до написання роботи були використані сучасні вітчизняні наукові статті, що стосуються даної проблематики [5].

Мета та завдання. Головною метою роботи є переосмислення значення фізичної культури для молоді загалом, та ролі фізичного виховання у формуванні особистості студентів як майбутніх фахівців. Для досягнення даної цілі у ході дослідження було поставлено такі **завдання**:

1. Визначити, яка роль інституту фізичної культури з точки зору держави;
2. Дізнатися, які очікування на заняття з фізичного виховання покладають студенти; тобто яка мотивація займатися руховою активністю та спортом у конкретної молодої людини;
3. На основі отриманих результатів дати відповіді на такі питання:
 - На що повинні бути націлені заняття з фізичного виховання?
 - Яка роль фізичної культури у подальшому житті студента?
 - Наскільки установка молоді на здоровий спосіб життя відповідає інтересам суспільства?

Результати дослідження. Для розуміння значення занять з фізичного виховання у вищих навчальних закладах, у першу чергу було проаналізовано

формулювання цілей та завдань цього предмету в офіційних програмно-нормативних документах України. Спираючись на дослідження Д. Анікеєва [1], в центрі уваги постали: Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту; Закон України «Про фізичну культуру і спорт»; Державні вимоги до системи фізичного виховання дітей, учнівської і студентської молоді (Затверджено наказом Міністерства освіти України); Державні вимоги до навчальних програм з фізичного виховання у системі освіти (Наказ Міністерства освіти України); «Державна програма розвитку фізичної культури і спорту на 2007-2011 роки», затверджена Постановою Кабінету Міністрів України. Перелічені нормативно-правові акти не дають чіткого, однозначного визначення спрямованості занять з фізичного виховання, у них не можна знайти єдиного формулювання їх цілей та завдань. Також у них відсутні об'єктивні критерії ефективності системи фізичного виховання студентів, а декларативний та розпливчастий характер мети дисципліни (як-от: «зміцнити здоров'я», «підвищити працездатність») не дозволяє забезпечити очікуваний результат. Загалом, у системі фізичного виховання студентської молоді відсутня конкретна, виражена в об'єктивних критеріях цільова установка¹, досягнення якої життєво важливе для молодої людини особисто та в її майбутній професійній діяльності. Така невизначена ситуація на державно-правовому рівні лише загострює проблему нівелювання значення фізичної культури у вищому навчальному закладі.

Однак, покликаючись на дослідження М. Арвісто [2], проведене наприкінці минулого століття, та актуальне й досі, у студентів за будь-яких умов зберігається особиста мотивація покращувати власну фізичну культуру. Науковець пересвідчився, що мотиваційним ядром спортивної діяльності для молодих людей є ціннісні орієнтації, які вони пов'язують із заняттями з фізичного виховання. Нижче подана таблиця результатів дослідження, що

¹ Окрім цього, не всі формулювання мети фізичного виховання студентської молоді, що містяться в нормативно-правових актах, відповідають вимогам акроніму SMART, застосовуваного в рамках концепції «керування цілями» (англ. *objective management*): specific (чітка), measurable (вимірна), achievable (досяжна), relevant (відповідна контексту), time-bounded (обмежена в часі).

включає емоційний (те, що подобається) та раціональний (те, що корисно) компоненти. Дані таблиці свідчать про те, що головний ранг цінностей для студентів складають цінності, пов'язані з фізичним Я (здоров'я, будова тіла, фізичні якості), з функціональним змістом діяльності (висока рухливість, фізичні навантаження, емоційні переживання), з актуалізацією (успіх, самовираження, самоствердження), з морально-вольовими якостями (воля, стійкість, витривалість) та з почуттям обов'язку.

Ціннісні орієнтації студентів у фізкультурно-спортивній діяльності

Ранг	Ціннісні орієнтації	Емоційна основа	Раціональна основа
		Що у фізичній культурі та спорті вам подобається?	Яку користь ви для себе бачите у фізичній культурі та спорті?
1.	Фізичне Я	13,8	41,1
	Самоактуалізація	38,4	6,9
	Морально-вольові якості	7,5	13,1
	Функціональний зміст	19,2	10,8
	Почуття обов'язку	2,2	0,9
2.	Спілкування	4,7	4,6
	Соціальне визнання	0,4	5,1
	Краса	0,8	1,0
3.	Знання	2,0	5,9
	Матеріальні цінності	0,4	5,1
	Аспекти сексуальної поведінки	0,8	1,0

Як можемо бачити з вищенаведеного, у студентів зберігається значний мотиваційний ресурс брати активну участь у заняттях з фізичного виховання. Учні вищих навчальних закладів покладають власні очікування на ці заняття. И аби орієнтація на фізичну діяльність не слабшала, необхідно приділяти особливу увагу цінностям першого рангу у ході викладання фізичної культури. Дисертація М. Арвісто була першою роботою в СРСР, що стосується проблематики цінностей та мотивації до занять з фізичного виховання серед студентів. Тому для більш об'єктивної картини ситуації також було

використано сучасне дослідження щодо того ж кола питань, проведене серед британської молоді [3]. Його метою було дізнатися більше про послідовність мотиваційних процесів у ході занять з фізичного виховання, запропоновану доктором Р.Валерандом: *«соціальні фактори - психологічні посередники - типи мотивації - результат»*. У ході дослідження було проведено опитування серед майже півсотні молодих людей з метою визначити роль різних факторів на кожному із згаданих 4-ьох етапів мотиваційного процесу. З отриманих результатів були зроблені два головні висновки: основним психологічним чинником для студентів є відчуття покращення рівня їх компетенції; а найбільш очікуваним результатом занять з фізичної культури вважають набуття істинної мотивації як нової позитивної риси характеру. Вищезгадані дослідження іноземних науковців приводять нас до такої думки: переорієнтація цілі фізичного виховання на забезпечення молоді цінностями, безпосередньо актуальними для неї, повинно стати неабияким джерелом стимулу займатися руховою активністю та спортом. Таким чином, при визначенні мети та завдань фізичної культури для учнів вищих навчальних закладів, варто у першу чергу звертати увагу на мотивацію безпосередньо молоді, на очікування, які вона покладає на заняття з фізичного виховання. Адже якщо людина не може досягнути власних означених цілей у фізкультурно-спортивній діяльності, вона поступово втрачає будь-який інтерес до неї [4]. Заклики, що фізичний розвиток - не лише особиста справа, а й суспільний обов'язок; що у студента повинна сформуватись ідея взаємовідповідності його стану здоров'я та ефективності соціального функціонування; що фізична культура незамінна при підготовці молоді до праці та захисту держави, - скоріш за все, не знаходитимуть відгуку серед молодих людей. Натомість, студентам потрібно відчувати реальну практичну користь занять з фізичного виховання особисто для себе, потрібно бачити наочний результат їх фізкультурної діяльності «тут і зараз». У загальному підсумку, лише такий підхід може принести відчутну користь як кожному конкретному студенту, так і, як наслідок, суспільству та державі загалом.

Висновки. У ході дослідження була виявлена проблема невизначеності цілі та завдань фізичного виховання для учнів вищих навчальних закладів. Це питання актуальне як на рівні державно-правових актів, так і для кожного студента особисто. Переосмислення ролі фізичної культури серед молоді, виходячи безпосередньо з інтересів конкретної особистості, сприяло би відчутному підвищенню користі від занять з фізичного виховання. Сформувавши мотиваційно-ціннісне ставлення до рухової активності, студенти зможуть самовизначитись у фізичній культурі з установкою на здоровий спосіб життя та фізичне самовдосконалення. Адже *«тільки фізично і психічно здорова людина може найбільш ефективно реалізовувати свої можливості, закладені природою, і при цьому почувати себе активним і повноцінним членом суспільства»* [5]. У кінцевому результаті, від утвердження особистої мотивації до фізкультурно-спортивної діяльності виграє не лише кожна молода людина, а й взагалі держава.

Література

1. Аникеев Д. М. Цель и задачи физического воспитания студентов в программно-нормативных документах Украины. Физическое воспитание студентов // Научный журнал.-Харьков: ХОВНОКУ-ХГАДИ,2010.-№5.-С. 3-6.
2. Арвисто М.А. Конкретно-социологическое исследование некоторых субъективных факторов участия в спортивной деятельности: Автореферат диссертации на звание кандидата психологических наук. Тарту, 1972. - 17 с.
3. Nikos Ntoumanis. A self-determination approach to the understanding of motivation in physical education //British Journal of Educational Psychology. - 2001. - Volume 71, Issue 2. - Pages 225-242.
4. Ильинич В.И. Физическая культура студента. Учебник / Под ред. В. И. Ильинича. М.: Гардарики, 2000. — 448 с.
5. Копилов О.М., М'ясоєденков К.О., Черепов О.В. Сучасні проблеми розвитку оздоровчо-рекреаційної фізичної культури //Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) /Збірник наукових праць /За ред. Г.М.Арзютова. - Серія №15. - К.: Вид-во НПУ імені М.П.Драгоманова, 2011. - Випуск 13. - С.411-417.