

THE USAGE OF SIMULATORS AND AUTOGENIC TRAINING IN WORK WITH SPECIAL MEDICAL GROUP

VALERIY TARAN

Taganrog State University of Radioengineering

In this report you may find the results of dissertation work which are stated in a short form. The dissertation was consecrated to the off-centre abilities of making the teaching process perfect in work with the contingent of the students, who are placed in to a special medical group. Gathered data testifies positive dynamics of the special worked-out method and the educational actions complex.

МОТИВАЦІЙНИЙ КОМПОНЕНТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

ВАЛЕРІЙ ТОВТ, СТЕПАН МИХАЙЛОВИЧ

Ужгородський національний університет

Метою дослідження є вивчення мотиваційного та вольового компонентів у багатофакторній структурі фізичного виховання студентської молоді та пошук шляхів підвищення результативності процесу фізичного виховання за посередництвом цих компонентів.

Існує, принаймні, три основних напрями у дослідженнях проблем мотивації: теорія інстинктів (Вунд, 1874); теоретико-особистісний напрям (Мак-Дауголл, 1908; Ах, 1910; Фрейд, 1915); теоретико-асоціативний напрям (Торндайк, 1898; Павлов, 1927); та дві лінії у практичній психології: “активації” і “навчання” [5]. Результати дослідження цих напрямів можуть скласти науково-теоретичні засади психології мотивації до фізкультурної та спортивної діяльності. Однак визначенню вкладу мотиваційного та вольового компонентів у практику фізичного виховання студентів достатньо уваги не приділялося, що негативно позначилося на рівні фізичної підготовленості молоді. Так, за даними офіційних джерел, 50% студентів в Україні мають незадовільний рівень фізичної підготовленості [2]. У багатьох вищих закладах освіти країни спостерігається зростання офіційного та прихованого невідвідування урочних форм занять з фізичного виховання, формальне ставлення до виконання його завдань. У деяких вищих закладах освіти рівень активності студентів у спорті впав до критичної позначки. Натомість серед молоді можуть швидко розвинутися соціальні негативні явища: наркоманія, проституція, хуліганство, бандитизм, тощо.

Практика показує, що механістичне збільшення кількості занять та об'єму фізичного навантаження без відповідної вмотивованості не дає очікуваного ефекту. Так, за результатами нашого експерименту, подвійне збільшення кількості годин на урочні форми занять не привело до підвищення показників фізичної підготовленості студентів і не зменшило показників їх захворюваності. За результатами нашого опитування лише 15,2 % студентів вважають фізичне виховання у вищій школі основною дисципліною, а 84,7% – другорядною. Це співвідношення в оцінках характеризує стан вмотивованості студентів до

фізичного виховання, їх неналежне бажання працювати над власним фізичним вдосконаленням.

З метою вивчення ставлення різних категорій студентів до фізичного виховання проводилися спостереження за їхньою поведінкою, визначалися показники активності та самооцінки, використовувалися анкетні методики. Результати самооцінки ставлення студентів до фізичного виховання за десятибальною шкалою, як одного з основних компонентів їх вмотивованості до цього виду діяльності, подані у таблиці 1. За таблицею практично між усіма категоріями студентів, які підлягали дослідженню, у показниках їхнього ставлення до фізичного виховання є вірогідні відмінності. Так, студенти чоловічої статі оцінюють своє бажання займатися фізичним вихованням – як велике та достатньо велике, тоді як студенти жіночої статі відповідно – середнє і нижче середнього ($P < 0,05$). Краще ставлення до участі у заняттях з фізичного виховання спостерігається у студентів, які займаються спортом, на відміну від тих, які спортом не займаються ($P < 0,01$); у студентів, які належать до основної групи і студентів спеціальної медичної групи ($P < 0,05$); у відмінників навчання та студентів, які мають посередню успішність ($P < 0,05$). Виявлена відмінність у показниках вмотивованості означених категорій студентів доводить важливість диференційованого підходу у використанні до них методів педагогічного стимулювання та цілеспрямованого формування належної вмотивованості. Крім того, встановлено взаємозв'язок між вмотивованістю до занять та успішністю у фізичному вихованні. Натомість різниці між студентами перших та других курсів у показниках, які вивчалися, не виявлено. Отримані дані свідчать про низьку ефективність роботи щодо покращення вмотивованості всіх категорій студентів до занять з фізичного виховання.

Таблиця 1

Показники самооцінки ставлення студентів до фізичного виховання

Категорія студентів	N	Самооцінка у балах ($X \pm m$)		P
		1-й курс	2-й курс	
Чоловіки	148	8,8 \pm 0,6	7,7 \pm 0,2	0,05
Жінки	149	6,7 \pm 0,9	7,6 \pm 1,0	–
P		0,05	–	
Спортсмени	116	9,2 \pm 0,5	9,1 \pm 0,4	–
Неспортсмени	120	6,7 \pm 0,7	6,5 \pm 1,0	–
P		0,01	0,05	
Спеціальна медична група	143	5,6 \pm 0,5	6,6 \pm 1,0	–
Основна група	146	6,8 \pm 0,4	7,5 \pm 0,5	–
P		0,05	–	
2-й розряд - КМС	32	9,1 \pm 0,7	8,9 \pm 0,8	–
МС	26	9,4 \pm 0,4	9,3 \pm 0,4	–
P		–	–	
Відмінники навчання	112	7,3 \pm 0,5	7,3 \pm 0,6	–
Посередники	112	5,9 \pm 0,4	6,1 \pm 0,5	–
P		0,05	–	

На сьогодні існує багато способів формування мотивації до фізкультурної діяльності. Так, у мотивації до спорту залежно від етапу підготовки, рівня кваліфікації спортсмена та ін. рекомендується формування психологічної настанови у трьох можливих напрямках: орієнтація на процес удосконалення, орієнтація на успіх та орієнтація на невдачу [3]. А.А.Деркач та А.А.Ісаєв (1985) надають перевагу вербальним методам підвищення рівня мотивів, вихованню моральних якостей. Іншими авторами актуалізується метод екстеріорізації функцій управління, тобто, залучення учнів до процесів управління уроком з опорою на використання потреби самоактуалізації [5]. Отже, між мотивом та потребою кладеться знак рівності [4].

Особливістю формування потреб до фізичного виховання у студентів є те, що для більшості з них потрібна попередня "стадія активізації" так, як у багатьох досліджуваних на початку фізичного виховання особливого бажання та вольових проявів реалізувати власну потребу до фізичної активності не спостерігалось. До подібних висновків прийшли санкт-петербурзькі вчені, які вивчали закономірності фізичного виховання та періоду адаптації студентів до вищої школи [1].

Для визначення оптимальної тривалості процесу активації потреби до фізичної активності та формування відповідної звички нами був проведений експеримент. Сформовано 5 експериментальних груп зі студентів, які не мали достатньої вмотивованості до занять (ЕГ 1-5). Досліджувані чотирьох груп залучалися до занять з фізичного виховання у різний час: перша ЕГ – протягом 1-го; друга – 2-х; третя – 3-х; четверта – 4-х семестрів навчання. ЕГ-5 відвідувала всі заняття за власним бажанням. Після примусових занять досліджуваним було надане право вільного відвідування. У результаті: студенти ЕГ-1 самостійно відвідали – 4,2% занять; ЕГ-2 – 42,8%; ЕГ-3 – 49,1%; ЕГ-4 – 50,2%; ЕГ-5 – 4,7%. Отже, кількість самовідвідувань занять збільшилася у групі студентів, які займалися протягом двох семестрів. У групах, які займалися примусово довший час, значного збільшення самовідвідувань занять не виявлено. Результати підтверджують гіпотезу про існування періоду активізації потреби до фізичної активності, який, за нашими даними, у студентів триває протягом двох навчальних семестрів. Але наступні дослідження свідчать про нестійкий характер такої активності потреб. Тривалість цієї активності залежить від сумарної дії багатьох внутрішніх та зовнішніх чинників, які вивчатимуться у наступних дослідженнях.

Таким чином, між успішністю у фізичній підготовці та показниками вмотивованості до занять існує тісний взаємозв'язок. На практиці мотиваційний та вольовий компоненти реалізуються шляхом етапного формування позитивних звичок до занять, які, у свою чергу, підсилюють біологічні потреби у фізичній активності та соціальні потреби у самоактуалізації через спортивні досягнення, або самоствердження через фізичні вправи.

ЛІТЕРАТУРА

1. Адаптація молоді до вищої школи / Щуревич Г.А., Зинковський А.В., Пономарев Н.Н. – Спб: ВІФК, 1994. – 226 с.
2. Концептуальні засади подальшого розвитку фізичної культури і спорту в Україні /Проект держ. комітету з фізичної культури і спорту в Україні.- К,1997.–16с.

3. Платонов В. Н. *Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте.* – К.: Олимпийская литература, 1997. – с. 234-237.
4. Конечный Р, Боухал М. *Психология в медицине.* – Прага: Авиценум, 1983. – с. 96-121.
5. Хайнц Хекхаузен. *Мотивация и деятельность.* Т.1: Пер. с нем. /Под ред. Б. М. Величковского; Предисловие Л. И. Анцы-Федоровой, Б. М. Величковского. – М.: Педагогика, 1986. – 408 с.

MOTIVATIONAL AND VOLITIONAL COMPONENTS OF STUDENT'S PHYSICAL TRAINING

VALERIY TOVT, STEPAN MYHAYLOVYCH

Uzhorod National University

We investigated the attitude of students of different categories to physical training. The connection between motivation to physical exercises and successfulness in physical training was found. We tried to determine the duration of activation period for physical training necessity of students in the condition of higher education.

РІВЕНЬ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТОК-ПЕРШОКУРСНИЦЬ ТЕХНОЛОГІЧНОГО ВУЗУ

ОКСАНА ФІЛІПЧУК

Технологічний Університет Поділля (м. Хмельницький)

Сьогодні актуальною проблемою нашої держави є питання рівня фізичної підготовленості та збереження здоров'я населення країни.

В останні роки спостерігається значне зниження рівня фізичної підготовленості студентської молоді, а також виявлено значне зниження рівня здоров'я.

Науковцями доведено, що більшість захворювань сучасної людини пов'язано з недостатнім рівнем її фізичної та психологічної підготовленості до життєдіяльності в сучасних умовах [1].

Важливе значення для формування груп та оптимального нормування фізичних навантажень, у процесі фізичного виховання у вищих навчальних закладах мають відомості про фізичну підготовленість студентів-першокурсників. Фізична підготовленість являється інтегральним показником фізичної активності людини, тому що при виконанні різноманітних фізичних вправ у взаємодію вступають практично всі органи та системи організму.

Метою нашого дослідження було вивчення рівня фізичної підготовленості студенток-першокурсниць.

Дослідження проводились в Технологічному університеті Поділля на протязі трьох років. Тестування проводилося протягом 3-х років (на початку навчального року) за технологією викладеною в Постанові кабінету Міністрів України від 15.01.96 року за №80. В дослідженні взяли участь три групи студенток інженерно-економічного факультету віком 17-19 років. Батарей тестів включала ряд контрольних вправ, які є Державними тестами фізичної підготовленості населення України, а саме: біг 2000м, згинання та розгинання рук в упорі лежачи, піднімання тулуба в сід з положення лежачи, стрибок у довжину з місця, біг 100м, човниковий біг 4х9м, нахил тулуба вперед з положення сидячи на підлозі [2].