

УДК 796.011.3-057.875]:001.8

DOI <https://doi.org/10.32840/1992-5786.2021.79.1.8>

С. А. Лазоренко

доктор педагогічних наук, доцент,
завідувач кафедри спортивних дисциплін та фізичного виховання
Сумського державного педагогічного університету
імені А. С. Макаренка

Д. І. Балашов

кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри теорії та методики фізичної культури
Сумського державного педагогічного університету
імені А. С. Макаренка

АНАЛІЗ ФОРМУВАННЯ ІНТЕРЕСУ СТУДЕНТІВ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ

У статті порушуються така важлива тема, як формування інтересу студентів до фізичної культури, розглянуто ставлення студентів вищої освіти до занять фізичного виховання, до рухової активності.

Нинішня система фізичного виховання в Україні не може повністю задовольнити природні фізіологічні потреби дітей, учнів початкових класів та студентів в оздоровчій руховій активності, що призводить до різних відхилень у здоров'ї та фізичному розвитку більшості людей. Причинами поганої фізичної підготовленості та погіршення здоров'я підлітків та студентів є недостатня увага як у школі так, і в закладах вищої освіти, які мало уваги приділяють фізичному вихованню.

Рухова активність – один із основних факторів, які визначають фізичне здоров'я студентів. Достатній рівень рухової активності молоді є основою нормального фізичного розвитку, а недостатня рухова активність негативно впливає на більшість функцій організму і є чинником виникнення й розвитку різних захворювань.

Відсутність спортивної діяльності сучасних студентів та молоді – явище соціальне, а не біологічне. Тому в даному випадку багато залежить від фізичної активності молоді, метою є зміна їхнього фізичного стану та отримання нового рівня фізичної підготовленості та фізичних здібностей, чого неможливо досягти жодним іншим способом, крім фізичних вправ та занять спортом.

Вивчення формування інтересу студентів до занять фізичною культурою, структури попиту та інтересу до занять спортом є початковим позитивним показником, який суттєво впливає на спортивну діяльність студентів. Серед різних рис особистості особливе місце займає інтерес, оскільки він в основному визначає соціально значущу поведінку в діяльності людини. У зв'язку із цим можна сказати, що в науці питання формування інтересу до фізичної культури є дуже важливим, оскільки ядром особистості є глибоке усвідомлення пробудження людини у формі мотивації та інтересів.

Ключові слова: фізична культура, фізичне виховання, студент, заклади вищої освіти, формування інтересу.

Постановка проблеми. В останні роки в умовах інтенсивного процесу педагогічної освіти фізична активність студентів має тенденцію до зменшення, що негативно позначилося на показниках фізичної підготовленості. Одним із важливих завдань закладів вищої освіти є формування фізичної активності майбутніх учителів та інтересу до фізкультурної діяльності, яка визначає ініціативність, рішучість, цілеспрямованість, це важливий засіб для поліпшення психічного здоров'я, фізичного здоров'я, а також є одним із показників ефективності тренувального процесу, адже ставлення вчителя до фізичної культури проектується на учнів, що є прикладом, який можна наслідувати [7].

Фізичний розвиток та здоров'я українських молодих студентів погіршуються все швидше, і зараз це стає життєво важливим. Перспектива сповзання української нації до межі небезпеки з подальшим її фізичним, психічним та моральним виродженням стала цілком реальною [1].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Протягом останніх років багато дослідників (С. Рубінштейна, А. Леонтьєва, П. Сімонова, А. Карабанов, Н. Караванова, Зубрицький Б.) зверталися до теми формування інтересу студентів до систематичних занять фізичними вправами і підвищення ефективності фізкультурно-оздоровчих занять зі студентською молоддю. Фахівці продовжують відзначати дефіцит рухової активності

студентів, низький рівень фізичної підготовленості і фізичного здоров'я, що свідчить про відсутність педагогічних умов реалізації мотиваційного підходу до організації фізичної культури у вузі [5].

Мета статті. Головною метою цієї роботи є аналіз формування інтересу студентів до занять фізичної культури під час навчання в закладах вищої освіти.

Методи дослідження. Дослідження базується на теоретичних методах, а також синтезі та узагальненні.

Виклад основного матеріалу. Організаційна структура закладів вищої освіти та процес суттєвої трансформації активізували її гуманістичну функцію, і її реалізація знаходить своє відображення в розвитку особистості майбутнього учителя фізичної культури. Важлива роль у цьому розвитку належить фізичному вихованню як цілому процесу. Відповідно, необхідно створити умови для формування фізичної культури студентів закладів вищої освіти.

Найефективніший спосіб вирішення цієї проблеми – вивчення резерву фізичної активності людей молодого віку як суб'єктів навчання та освітнього процесу. Одним з основних джерел особистої діяльності є мотивація, яка забезпечує ефективно спрямування та суб'єктивну цінність процесу фізичної культури. У зв'язку із цим формування сучасної педагогічної фізичної культури – це, перш за все, питання виховання позитивного ставлення до неї. Аналіз освітньої практики закладів вищої освіти показує, що найслабшою ланкою є формування у студентів активного ставлення до фізичного виховання. Негативні явища у цій сфері зберігають тенденцію, яка проявляється в декларативній та достовірній поведінці та ставленні до фізичного виховання, а також відображається на здоров'ї та на і фізичному розвитку студентів [8].

У педагогічному словнику «інтерес визначається як активна пізнавальна спрямованість людини на той або інший предмет чи явище. Ця спрямованість пов'язана з позитивним емоційним ставленням до пізнання об'єкта або оволодіння тією чи іншою діяльністю» [3].

Глибина інтересу та ступінь його задоволеності безпосередньо залежать від того, скільки видів діяльності стали надбанням людей та засобом для реалізації особистості.

Розвиток інтересів поділяється на три рівні. Нижчий, елементарний рівень розвитку інтересів – це прямий інтерес до нових фактів та нової діяльності. Водночас існує емоційне пізнавальне ставлення до предмета, явища та діяльності, причому таке ставлення виникає у формі ситуативного досвіду. Якщо ми не створимо умов для стимулювання позитивного настрою, інтерес далі не розвиватиметься і може згаснути. Студенти та молодь часто мають низький інтерес до фізичної

культури на ранніх етапах навчання, що є результатом недостатньої шкільної освіти.

Середній рівень розвитку інтересів спонукає молодь вивчати основні атрибути предметів чи видів діяльності. Це вимагає від студентів активного пошуку та використання отриманих знань та рухових навичок. Оскільки вчитель стимулює позитивні емоції, пов'язані з фізичними вправами, інтерес розвивається до цього рівня. Це пов'язано з посиленням пізнавальної діяльності студентів на заняттях фізичної культури, дане рішення заохочує мислення та стимулює фізичну і вольову діяльність.

Такі заходи, спрямовані на поліпшення стану організму, принесуть позитивні емоції, деякі позитивні переживання узагальнюються і трансформуються в емоційно позитивне ставлення до процесу фізичного виховання.

Розвиток інтересів на високому рівні не тільки заохочує молодь до регулярних вправ, але й спрямовує їхню пізнавальну діяльність на встановлення залежності та причинно-наслідкового зв'язку між обсягом і змістом фізичних вправ та результатами, яких можна досягти у фізичному розвитку. Під впливом інтересів високого рівня студенти виявляють оригінальність, креативність та наполегливість у досягненні цілей. Стабільні інтереси високого рівня представляють особисті емоції та когнітивну орієнтацію. У результаті змінився особистий спосіб життя. Наприклад, сильний інтерес до спорту заохочує молодих людей розвивати та дотримуватися певних щоденних звичок та розумно використовувати свій вільний час [7].

Інтерес до фізкультурної діяльності має вікові відмінності, оскільки з віком змінюються мотиви, які спонукають до занять фізичною культурою.

Одним із завдань є активізація інтересу до спортивної культури, адже без такого роду психологічного механізму неможливо стимулювати мотивацію та емоційний розвиток людини. Вирішення цієї проблеми переплітається з двома основними завданнями підготовки молоді до професійної діяльності та організації самостійного життя: по-перше, заохочувати студентів до роздумів та розкриття важливості спортивної діяльності та особистісного розвитку; по-друге, на цій основі заохочувати та підтримувати таке ставлення до всіх структурних компонентів фізкультурної діяльності. Це ставлення матиме як результат бажання самостійно оволодіти інформацією та вільно використовувати набуті спортивні знання для роботи, реалізовувати їх у практичній діяльності. Реалізація цих завдань забезпечує взаємозв'язок навчання та розвитку, показником є вираження фізкультурного інтересу [4].

У навчальному процесі активізація спортивного інтересу відбувається переважно у трьох аспектах: змісті методичного матеріалу, навчальної та

позааудиторної фізкультурної діяльності. У літературі також зазначено деякі об'єктивні психологічні та навчальні умови, які можуть стимулювати виникнення, зміцнення та розвиток спортивного культурного інтересу [9].

Т.С. Плачинда у своїй роботі зазначає, «що стимуляція виступає єдиним способом активізації фізкультурного інтересу, принаймні відомим з огляду на психолого-педагогічну літературу. Вона необхідна в навчальному процесі, оскільки окремі навчальні дії і фізкультурна діяльність у цілому реалізуються в сучасній практиці при спонуканні зовнішнього плану, тобто під впливом стимулів. На практиці завдання полягає в майстерності викладача щодо впровадження системи стимулів у колективі групи та виборі найбільш ефективних стимулів щодо конкретних студентів» [7, с. 46].

Мотиваційний аспект навчання та виховання викликав інтерес у багатьох дослідників. Так, Т.Ю. Круцевич [6] та інші автори довели, що змістовні аспекти діяльності багато в чому визначають характер та напрямки діяльності та її результати.

Вчені виділяють такі класифікації потреб: за сферами діяльності; характером (матеріальні, духовні, естетичні тощо); функціональною роллю (домінуючі і другорядні, стійкі й ситуативні); суб'єктові (індивідуальні, групові, суспільні) [6; 7; 8].

Дослідження експертів довели відмінні вікові особливості мотивації та інтересу, і ці характеристики необхідно враховувати під час формування мотивації різних груп населення [2; 7; 8].

Відповідно до цієї думки необхідно змінити процес фізичного виховання з урахуванням інтересів кожного учасника, при цьому враховуючи індивідуальні особливості студента, зміст рухової активності повинен відповідати ритму та основним законам вікового розвитку. Слід цілеспрямовано трансформувати потенціал організму.

Діяльність студента у сфері фізичної культури відображає суспільно-значущі потреби у фізичному вдосконаленні. Потреба постає як стан особистості, завдяки якому регулюється її поведінка, визначаються особистості мислення, почуттів, волі, свідомості. Їх виховання – одне з головних завдань вищої школи у формуванні особистості студента.

Визначення реалізації потреб рухової активності має непрямий вплив на задоволення інших потреб молоді в контексті біологічного суспільства (здоров'я), соціальної психології (спілкування, самореалізація, самоствердження, соціальна значимість) тощо.

Усвідомлення необхідності занять спортом стало вибірковим інтересом. Виникнення інтересу молоді стимулювало бажання діяти та формувало мотивацію поведінки підлітків. Однак мотивацію слід відрізняти від свідомих цілей та намірів. Цілі молодого студентського спорту можна поділити на довгострокові та короткострокові.

До перспективних слід віднести самоактуалізацію, забезпечення ефективних форм відпочинку, соціальне визнання, авторитет, виховання вольових якостей, відчуття прекрасного, професійну і суспільну діяльність у сфері фізичної культури, рухову активність з її емоційними компонентами спілкування [6].

Для того, щоб стимулювати навчальну мотивацію студентів, необхідно виявити стимули, які часто виступають у ролі прямої поведінки. Стимул часто є короткочасним, але безперервна мотивація у фізичному вихованні набуває цінність. У фізичну оздоровчу роботу університетів необхідно включати сприятливі умови, необхідні для регулярних фізичних вправ [8].

До об'єктивних умов формування потреби слід віднести в тому числі надання студентам можливості вільно вибирати види фізичної культури, форми занять, що проводяться, наявність необхідного вільного часу для занять. Крім того, це включає наявність високоякісних вчителів, обладнання, розташування спортзалу та характер навчальних курсів.

Суб'єктивні умови включають звички, ставлення, переконання, рівень здоров'я, вікові та статеві особливості організму, умови розумової діяльності, зайнятість тощо [2]. Під час формування потреб фізичного виховання дуже важливими є матеріальні умови та загальний освітній рівень молоді. Водночас вчителі недооцінювали роль виховних моментів, інформаційно-пропагандистської, цілеспрямованої діяльності зі зміни стосунків, що склалися, та стереотипів.

Зацікавити студента в заняттях фізичною культурою можна двома шляхами: впливаючи цілеспрямовано на окремі мотиви та мотиваційну сферу в цілому.

Для виховання в особистості студента такої якості необхідна гнучка методологія освітнього процесу, що базується на законах особистісно-орієнтованого і диференційованого навчання. Це вимагає внесення змін до змістовних компонентів вищої освіти та їх корекції, переходу на принципи гуманізації освіти. Тому ефективність всієї фізкультурно-оздоровчої роботи зі студентами залежить від створення педагогічних умов, які сприяють формуванню мотивації до занять фізичними вправами, враховують їхні інтереси та схильності до занять різними видами спорту, спрямованих на підготовку до майбутньої професійної діяльності.

Висновки і пропозиції. З'ясовано, що особливості актуальності в закладах вищої освіти набуває орієнтація фізичного виховання на збільшення рухової активності в процесі проведення занять, а саме збільшення загального об'єму рухової активності та інтенсивності навантажень, підвищення моторної щільності занять. Встановлено, що недостатня увага приділяється забезпеченню

необхідного рівня фізичної культури, тобто вихованню інтелектуального компонента особистої спортивної культури.

Список використаної літератури:

1. Балашов Д.І., Бермудес Д.В., Возний А.П. Дослідження рухової активності учнів основної школи. *Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)* : зб. наукових праць / Київ : Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2021. Випуск 4 К (132) 21. С. 34–38.
2. Бех І.Д. Теоретико-методологічні засади сучасного навчально-виховного процесу. *Філософія освіти XXI століття: проблеми і перспективи* : зб. наук. праць. Київ : Знання, 2009. Вип. 3. С. 226–234.
3. Гончаренко С.У. Український педагогічний словник. Київ : Либідь, 1997. 376 с.
4. Закатнов Д.О. Виховання в учнів професійних інтересів у процесі економічної підготовки. *Теоретично-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*. Київ-Житомир : Вид-во Волинь, 2003. С. 219–225.
5. Карабанов А., Караванова Н., Зубрицький Б. Шляхи підвищення мотивації студентів до фізичного виховання й спорту у закладі вищої освіти. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві* : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. Луцьк. 2010. № 4(12). С. 43–46.
6. Круцевич Т.Ю. Соціально-педагогічні аспекти системи фізичного виховання. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я в сучасному суспільстві*. Луцьк, 2002. Т. 1. С. 125–131.
7. Плачинда Т.С. Педагогічні умови стимулювання активності студентів вищих педагогічних навчальних закладів до фізкультурної діяльності : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Київ, 2007. 215 с.
8. Рибалко П.Ф. Професійна підготовка учителів фізичної культури до організації фізкультурно-оздоровчого середовища закладу загальної середньої освіти : монографія. Суми, 2019.
9. Уенберг Р.С. Основы психологии спорта и физической культуры. Киев : Олимпийская Литература, 1998. 336 с.

Lazorenko S., Balashov D. Analysis of formation of students interest in physical education

The article touches on such an important topic as the formation of students' interest in physical culture, the attitude of higher education students to physical education classes, to physical activity.

The current system of physical education in Ukraine cannot fully meet the natural physiological needs of children, primary school students and students in physical fitness, which leads to various abnormalities in the health and physical development of most people. The causes of poor physical fitness and the deteriorating health of adolescents and students are insufficient attention, both in schools and in higher education institutions, which pay little attention to physical education.

Physical activity is one of the main factors that determine the physical health of students. A sufficient level of motor activity of young people is the basis of normal physical development, and insufficient motor activity negatively affects most body functions and is a factor in the emergence and development of various diseases.

Lack of sports activities of modern students and youth is a social phenomenon, not a biological one. Therefore, in this case, an important role depends on the physical activity of young people, but ultimately the goal is to change their physical condition and gain a new level of physical fitness and physical abilities, which can not be achieved by any means other than exercise and sports.

The study of the formation of students' interest in physical education, the structure of demand and interest in sports is the initial positive indicator, which significantly affects the sports activities of students. Among all the different personality traits, a special place is occupied by interest, because they mainly determine the socially significant behavior in human activities. In this regard, we can say that in science the question of the formation of interest in physical culture is very important, because the core of the individual is a deep awareness of human awakening in the form of motivation and interests.

Key words: *physical culture, physical education, student, institutions of higher education, formation of interest.*