

УДК 378:796.011

ФОМИРОВАНИЕ СТИМУЛОВ ФИЗИЧЕСКОГО САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СТУДЕНТОВ

Ахметов А.М., Ахметова Э.Т., Денисенко Ю.П., Чухно П.В.

*ФГБОУ ВО «Набережночелнинский государственный педагогический университет»,
Набережные Челны, e-mail: yprof@yandex.ru*

В представленной статье рассматриваются вопросы выявления стимулов мотивации физического самосовершенствования студента-будущего учителя. В предлагаемой научной работе осуществлена систематика стимулов физического самосовершенствования студента и построен рейтинг их значимости, экспериментально выявлены и обоснованы теоретические барьеры мотивации физического самосовершенствования студента, выявлены системообразующие стимулы и их влияние на мотивацию физического самосовершенствования студента. Выявлены наиболее значимые стимулы физического самосовершенствования студента-будущего учителя, к которым относятся стимулы самопознания: осознание личной значимости проблемы физического самосовершенствования, осознание цели физического самосовершенствования. Определены стимулы мотивации самоопределения в физическом самосовершенствовании. Кроме того, выявлены барьеры и определен рейтинг их сдерживающей значимости в стимулировании мотивации физического самосовершенствования студента. Стимулами физического самосовершенствования являются следующие: высокий уровень достигнутых результатов в физическом самосовершенствовании, признание однокурсников по достигнутым высоким результатам физического самосовершенствования, высокий уровень овладения эффективными приемами и методами физического самосовершенствования.

Ключевые слова: стимул, мотивация, студент, физическое самосовершенствование, физическое воспитание, барьер, рейтинг

FORMATION OF PHYSICAL SELF-IMPROVEMENT OF STUDENTS

Akhmetov A.M., Akhmetova E.T., Denisenko Y.P., Chukhno P.V.

Naberezhnye Chelny State Pedagogical University, Naberezhnye Chelny, e-mail: yprof@yandex.ru

In the article the issues of incentives that motivate a prospective teacher in physical self-improvement are considered. In the research work the incentives to physical self-improvement of a student are categorized and the rating of their importance is made, theoretical barriers to the motivation in physical self-improvement of a student are experimentally revealed and substantiated, system-building incentives and their impact on motivation in physical self-improvement of a student are revealed. The most significant incentives in physical self-improvement of a prospective teacher, which include incentives of self-cognition: the sense of personal importance of the problem of physical self-improvement, the sense of the purpose of physical self-improvement, are revealed. Incentives of motivation of self-determination in physical self-improvement are detected. Besides the barriers are revealed and the rating of constraining importance in stimulating a student in physical self-improvement are determined. The results can be used in pedagogical activity by teachers of physical education of higher schools and coaches of sports schools with the purpose of creating the conditions of overcoming the barriers of physical self-improvement and the maximum use of the incentives promoting an increase of efficiency of physical self-improvement of a prospective teacher.

Keywords: incentive, motivation, student, physical self-improvement, physical education, barrier, rating

Отношение студентов к физическому самосовершенствованию является одной из актуальных социально-педагогических проблем учебно-воспитательного процесса, дальнейшего развития и расширения массовой оздоровительной, физкультурной и спортивной работы в высшей школе. Педагогам принадлежит ведущая роль по реальному включению физического самосовершенствования в здоровый образ жизни студентов. Реализация этой задачи каждым студентом должна рассматриваться с двуединой позиции – как лично значимая и как общественно необходимая. Многочисленные данные науки и практики свидетельствуют о том, что физическое самосовершенствование еще не стало для студентов насущной потребностью, не превратилось в интерес личности [2].

Значительная динамичность и изменчивость проявления образа жизни в условиях экономико-политических преобразований, разных по направленности социальных процессов приводит к переоценке жизненных ценностей в современном обществе. В разнообразии форм и в движении предметных, социальных, духовных связей, образующих реальность бытия, человек познает самого себя [4]. Однако все бесчисленные проявления активности мира имеют определенные причинно-следственные связи, которые обладают характерными объективными законами. Поэтому, с одной стороны, решение проблемы общего оздоровления нации становится более эффективным в связи с развитием и совершенствованием современных информационных технологий. С другой стороны, тормозит данный процесс оздоровления развитие эколого-экономических,

социальных, в том числе просветительских и образовательных просчётов [1].

В соответствии с законом РФ «Об образовании» здоровье человека отнесено к приоритетным направлениям государственной политики в области образования. Это особенно актуально, поскольку по данным Минздравмедпрома и Госкомэпиднадзора России, 50% студентов имеют функциональные отклонения, 35–40% – хронические заболевания. Для всех студентов России показательно нарастание частоты хронических заболеваний, нарушений физического и нервно-психического развития. Предельно высокий уровень заболеваемости студентов обязывает нас сегодня считать внедрение технологий физического самосовершенствования одним из стратегических направлений в системе физического воспитания.

Объективно, что в XXI веке студентам придется усваивать значительно больше различной информации, чем в прошлом, а общее количество психотравмирующих жизненных ситуаций будет возрастать. Чем сильнее выражен социальный беспорядок, тем более необходимым для личности становится наличие в ней сильных психофизических структур, помогающих противостоять неблагоприятному социальному окружению. Отсюда можно сделать вывод о том, что одной из важнейших задач физического самосовершенствования является повышение психологической устойчивости личности, её способности преодолевать психотравмирующие ситуации, умение ценить полученные знания и эффективно использовать в процессе жизнедеятельности. Физическая культура как часть общечеловеческой культуры способна взять на себя многие по формированию психологические устойчивости студентов. При этом, по нашему мнению, перспективным является подход понимания данного феномена как интегрального личностного качества, обеспечивающего целесообразное поведение личности в нормальных и экстремальных жизненных ситуациях.

В этой связи важно выяснение особенности взаимодействия стимулов, обуславливающих активизацию физического самосовершенствования студентов, установление особенностей психолого-педагогических механизмов стимулирования мотивации физического самосовершенствования студентов, а также выявление результативности устойчивых систем взаимодействия стимулов.

Выявление влияния стимулов и барьеров на развитие мотивации физического самосовершенствования студента пред-

ставляет большой научный и практический интерес. При этом особое значение имеют анализ основных предпосылок, раскрытие педагогических основ стимулирования мотивации физического самосовершенствования, выявление закономерностей, разработка педагогических принципов и правил стимулирования, выделение особенностей взаимодействия стимулов и барьеров физического самосовершенствования и их влияния на мотивацию физического самосовершенствования студента.

Цель исследования: выявить стимулы и определить рейтинг их значимости в стимулировании мотивации физического самосовершенствования студента-будущего учителя.

Проверка выдвинутой гипотезы потребовала решения ряда взаимосвязанных задач:

1. Выявить сущность физического самосовершенствования и уточнить особенности физического самосовершенствования студента.
2. Выявить и обосновать теоретическую совокупность стимулов и барьеров физического самосовершенствования студента.
3. Экспериментально выявить и определить рейтинг значимости стимулов и барьеров физического самосовершенствования студента.

В исследовании были использованы следующие методы: теоретический анализ управленческой, психолого-педагогической, социологической, методической, спортивной литературы по исследуемой проблеме; рейтинговая система анализа по выявлению наиболее значимых стимулов и барьеров физического самосовершенствования студента; социолого-педагогические измерения: наблюдения, беседы, анкетирование; анализ документации, планов по физическому воспитанию, программ по физической культуре, экспериментальной проверки с использованием методов математической статистики.

Отношение студентов к физическому самосовершенствованию является одной из актуальных социально-педагогических проблем учебно-воспитательного процесса, дальнейшего развития и расширения массовой оздоровительной, физкультурной и спортивной работы в высшей школе. Педагогам принадлежит ведущая роль по реальному включению физического самосовершенствования в здоровый образ жизни студентов. Реализация этой задачи каждым студентом должна рассматриваться с двуединой позиции – как личностно значимая и как общественно необходимая [2, 3].

Многочисленные данные науки и практики свидетельствуют о том, что физиче-

ское самосовершенствование еще не стало для студентов насущной потребностью, не превратилось в интерес личности. Реальное участие студентов в этой деятельности недостаточно. Для преодоления этого негативного явления необходимо ознакомиться с механизмами действия тех побудительных сил, которые через стимулы и мотивы ведут к удовлетворению потребностей личности [2].

Критерием физического самосовершенствования является физкультурно-спортивная активность. Она характеризуется степенью участия, вовлеченностью студентов в сферу этой деятельности. Ее можно рассматривать как меру и характер участия непосредственно в занятиях физическими упражнениями и как активность в организаторской, пропагандистской, инструкторско-педагогической, судейской и других видах деятельности.

В условиях перестройки деятельности высшей школы принципиально важна работа по активизации позиции каждого студента в отношении своего физического самосовершенствования. При направленном процессе формирования у студентов потребностей к физическому самосовершенствованию преподавателям, тренерам и физкультурным организаторам необходима система знаний о диалектическом развитии потребностей и педагогических воздействиях, позволяющих осуществлять управление ими в необходимом направлении. В организации воспитания нельзя игнорировать сложившиеся у студентов личные мотивы, интересы, потребности, нужно находить разумные формы их перестройки. В противном случае, у студентов может возникнуть негативизм, безразличие [5, 6].

Факторами, определяющими, по мнению студентов, их потребности, интересы и мотивы подключения к физическому самосовершенствованию, являются материально-техническое состояние спортивной базы, направленность учебного процесса и содержание занятий, уровень требований учебной программы, личность преподавателя, состояние здоровья занимающихся, частота проведения занятий, их продолжительность и эмоциональная окраска.

Тревожным выводом из данных проведенного нами обследования является недооценка студентами таких субъективных факторов, воздействующих на ценностно-мотивационные установки личности, как значимость занятий физической культурой и значимость упражнений по физической культуре в развитии познавательных способностей. В определенной степени это связано со снижением образовательно-воспитатель-

ного потенциала занятий и мероприятий, смещением акцента внимания на нормативные показатели физического самосовершенствования, ограниченностью диапазона педагогических воздействий. При этом достижение целей, ведущих к воспитанию волевых качеств и трудолюбия, необходимо как для физического самосовершенствования, так и для формирования профессиональной готовности специалиста.

Сравнение начальных, промежуточных и конечных результатов опытно-экспериментальной работы и данных экспериментальных проверок подтверждает стадийное развитие стимулирования мотивации физического самосовершенствования студентов, а также и то, что выявленные наиболее значимые стимулы самопознания, самоопределения в физическом самосовершенствовании, самоуправления, мотивации физической самореализации, физического самосовершенствования отражают специфику стимулирования мотивации студентов в физическом самосовершенствовании.

Наиболее значимыми характерными стимулами физического самосовершенствования у студентов являются следующие стимулы самопознания – это осознание личной значимости проблемы физического самосовершенствования, осознание цели физического самосовершенствования, осознание проблемы физической самореализации; стимулы физического самоопределения в физическом самосовершенствовании: стремление освоить эффективные методы и приемы физического самосовершенствования, интерес к физическому самосовершенствованию. Стимулы мотивации физической самореализации: привычка заниматься физическими упражнениями, высокий уровень знаний по физической культуре, высокий уровень проявленности самостоятельности на занятиях физическими упражнениями.

Стимулы мотивации самоуправления в физическом самосовершенствовании: высокий уровень развития своих способностей объективно оценивать результаты физического самосовершенствования; высокий уровень развития способностей овладевать новыми приемами и методами рационального использования времени на занятиях физическим самосовершенствованием; высокий уровень умения и эффективно использовать инвентарь и оборудование для физического самосовершенствования.

Стимулами физического самосовершенствования являются следующие: высокий уровень достигнутых результатов в физическом самосовершенствовании, признание

однокурсников по достигнутым высоким результатам физического самосовершенствования, высокий уровень овладения эффективными приемами и методами физического самосовершенствования. Стимулирование физического самосовершенствования студента-будущего учителя включает реализацию физического самосовершенствования, охватывая все сферы личности: волевою, интеллектуальную, эмоциональную, но самое главное, этот процесс поднимает личность на новый уровень функционирования и оказывает влияние на развитие физических качеств организма. В нашем исследовании стимулирование мотивации физического самосовершенствования студента-будущего учителя рассматривалось как осознаваемый им процесс, характеризующийся целеустремленностью и целенаправленностью поиска оригинальных, неповторимых по характеру осуществления и результату идей для решения намеченных и возникающих целей, лично значимых проблем, позволяющих личности максимально полно реализовать свой физический потенциал.

Отмечено, что, даже если студент и имеет хорошие физические данные, способности, желание заниматься физической культурой, материальное благополучие, развитие его физических качеств может плодотворно происходить лишь тогда, когда он способен преодолевать препятствия, затруднения, возникающие на пути его физического самосовершенствования.

В ходе исследования нами рассматривались стимулы: самопознания, самоопределения в физическом самосовершенствовании, самоуправления в физическом самосовершенствовании, физической самореализации, физического самосовершенствования, ставшие движущей силой физического самосовершенствования студента-будущего учителя, как осознанные внутренние побуждения к действию. Наблюдается тесная взаимосвязь стимула с тормозящим, препятствующим барьером. Барьер – это преграда, препятствующая, сдерживающая, снижающая эффективность физического самосовершенствования личности. Многие стимулы оказывают позитивное влияние на физическое самосовершенствование, а при недостаточности условий для их позитивного проявления становятся барьерами физического самосовершенствования студента-будущего учителя. Нами проведен сравнительный анализ влияния стимулов и барьеров на стимулирование мотивации физического самосовершенствования студента. Стимулы физического самосовершенствования

на старших курсах имеют достоверно более высокий рейтинг значимости.

Проведенные теоретическое и экспериментальное исследование позволило сформулировать следующие выводы:

1. Систематизированы стимулы физического самосовершенствования студента-будущего учителя:

– стимулы самопознания: осознание личной значимости проблемы физического самосовершенствования; осознание необходимости повысить ответственность перед самим собой; осознание проблемы физической самореализации; осознание необходимости физического самосовершенствования, ориентированность в деятельности на занятиях физической культурой на достижении высоких спортивных результатов, критическое осмысление цели физического самосовершенствования, осознание необходимости заниматься физическим самосовершенствованием;

– стимулы самоопределения в физическом самосовершенствовании: учет мнения тренера-преподавателя, учет интереса к физической культуре, учет интереса к физическому самосовершенствованию, высокий уровень способностей освоить эффективные методы и приемы физического самосовершенствования, четкое и ясное понимание цели физической самореализации, интерес к исследовательской деятельности в области физической культуры;

– стимулы самоуправления в физическом самосовершенствовании: высокий уровень развития способностей объективно оценивать результаты физического самосовершенствования; высокий уровень развития способностей овладевать новыми приемами и методами рационального использования времени на занятиях по физическому самосовершенствованию; высокий уровень развития способностей оперативно и эффективно использовать инвентарь и оборудование для физического самосовершенствования;

– стимулы физической самореализации: привычка заниматься физическими упражнениями, высокий уровень знаний студента по физической культуре, высокий уровень культуры общения с тренером, высокий уровень проявленности способностей на занятиях физическими упражнениями; достигнутые успехи в лично значимом виде физических упражнений, благоприятная атмосфера взаимодействия с однокурсниками во время тренировочных занятий, достигнутые цели физического самосовершенствования, доверительные отношения сотрудничества с тренером; высокий уровень умений сосредоточить усилия на главном в физиче-

ском самосовершенствовании, определение наиболее лично значимых проблем физического самосовершенствования;

– стимулы физического самосовершенствования: достигнутые высокие результаты в физическом самосовершенствовании, признание однокурсниками достигнутых высоких результатов физического самосовершенствования, овладение эффективными приемами и методами физического самосовершенствования.

2. Выявлены барьеры мотивации физического самосовершенствования студента-будущего учителя, которые по рейтингу сдерживающей значимости распределились в следующем порядке:

– отсутствие заинтересованности студентов в занятиях физическими упражнениями;

– отсутствие умений студента распределять свободное время;

– неудовлетворительные условия для занятий физическими упражнениями;

– низкий научно-методический уровень проведения тренировок;

– завышенный уровень требований тренера к студенту во время тренировок;

– низкий уровень организации тренировок;

– перегрузка организма студента физическими упражнениями;

– ограниченность выбора студентом физических упражнений;

– частая сменяемость тренеров и преподавателей.

3. Наиболее приемлемыми методами определения стимулов мотивации физического самосовершенствования студента-

будущего учителя являются следующие: рейтинговая система анализа; социолого-педагогические измерения; наблюдения; беседы; анкетирование; интервьюирование; диагностирование; анализ кафедральной документации.

4. Основным показателем эффективности стимулирования физического самосовершенствования студентов являются достигнутые высокие результаты в физическом самосовершенствовании.

Заключение

Стимулами физического самосовершенствования являются следующие: высокий уровень достигнутых результатов в физическом самосовершенствовании, признание однокурсников по достигнутым высоким результатам физического самосовершенствования, высокий уровень овладения эффективными приемами и методами физического самосовершенствования.

Список литературы

1. Елканов С.В. Основы профессионального самовоспитания будущего учителя. – М.: Просвещение, 1989. – 34 с.
2. Леонтьев А.Н. Потребности, мотивы, эмоции // Конспект лекций. – М.: МГУ, 1971. – 38 с.
3. Лисовский В.Т. Молодежь о времени и о себе: Результаты социологического исследования // Педагогика. – 1998. – № 4. – С.40–46.
4. Комков А.Г., Кирилов Е.Г. Организационно-педагогическая технология формирования физической активности студентов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2002. – № 1. – С. 2–4.
5. Петрушин В.И., Петрушина Н.В. Валеология // Учеб. Пособие. – М.: Гардарики, 2002. – 432 с.
6. Поташник М.М. Как развивать педагогические творчества. – М.: Знание, 1987. – 80 с.