

УДК 37.037.1:378

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК УЧЕБНАЯ ДИСЦИПЛИНА В ВУЗЕ – ПРИНУЖДЕНИЕ ИЛИ ОСОЗНАННЫЙ ВЫБОР?

¹Кравченко В.М., ¹Бартновская Л.А., ¹Попованова Н.А.,

^{1,2}Казакова Г.Н., ²Синдеева Л.В., ¹Синдеев М.М.

¹ФГБОУ ВО «Красноярский государственный педагогический университет
им. В.П. Астафьева», Красноярск, e-mail: kazakova_gn@kspu.ru;

²ФГБОУ ВО «Красноярский государственный медицинский университет
им. проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого» Минздрава России, Красноярск, e-mail: lsind@mail.ru

Физическая культура как учебная дисциплина присутствует в любом учебном заведении. В условиях непрофильного вуза преподаватели зачастую сталкиваются с немотивированным студенческим контингентом, расценивающим занятия по физической культуре в качестве своеобразного принуждения, не приносящего должного удовлетворения. В статье представлены результаты опроса 336 респондентов об удовлетворенности занятиями физической культурой, проведенного среди студентов красноярских высших учебных заведений различных направлений подготовки (медицина, история, архитектура). Только 11,7% опрошенных, независимо от направления подготовки, высказали полное удовлетворение занятиями. При этом негативное отношение к дисциплине чаще высказывали девушки. Основными демотиваторами являются необходимость сдачи нормативов по дисциплине, отсутствие видимых результатов использования средств физической культуры, невозможность выбора спортивного направления в рамках образовательного процесса, а также отсутствие личного примера преподавателя, демонстрирующего эффективность занятий. При этом вне учебного процесса 24,4% юношей и 16,5% девушек регулярно занимаются физической культурой и спортом. Рационализация использования существующих средств физической культуры, их организационное воплощение и разработка новых моделей, направленных на формирование осознанной потребности в таких занятиях, возможна на основе непрерывно осуществляемого двустороннего общения преподавателя и обучающегося.

Ключевые слова: физическая культура, студенты, мотивация

PHYSICAL EDUCATION AS AN ACADEMIC SUBJECT AT THE UNIVERSITY. IS IT AN ENFORCEMENT OR CONSCIOUS CHOICE?

¹Kravchenko V.M., ¹Bartnovskaya L.A., ¹Popovanova N.A.,

^{1,2}Kazakova G.N., ²Sindeeva L.V., ¹Sindeev M.M.

¹Krasnoyarsk State Pedagogical University n.a. V.P. Astafyev, Krasnoyarsk, e-mail: kazakova_gn@kspu.ru;

²Krasnoyarsk State Medical University n.a. V.F. Voino-Yasenetsky, Krasnoyarsk, e-mail: lsind@mail.ru

Physical education as a course unit is a part of educational process at every educational institution. The professors in educational institutions where physical education is non-major subject face unmotivated students, who see physical education as an enforcement. The article shows results of interviewing 336 respondents about contentment on the lessons of physical culture, which was carried out between the students of Krasnoyarsk higher educational institutions of various fields of training (medicine, history, architecture). Only 11,7% of respondents, regardless their the future profession, said that they are fully satisfied with the lessons. However girls are dissatisfied with this kind of lessons more often, than boys. The most demotivating factors are necessity to pass standards, absence of visible results and personal example of the coach. Also it is the impossibility to influence on the choice of the activities. We should notice, that 24,4% of boys and 16,5% of girls do sports regularly beyond the university. The rationality in using means of the physical education, their embodiment on the lesson and development of new ones, which are directed to form realized necessity of such a lessons, can be created on the basis of two-way communication between the teacher and the student.

Keywords: physical culture, students, motivation

Физическая культура как учебная дисциплина в системе высшего образования призвана формировать гармоничную личность, способную направленно использовать разнообразные средства физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизическим видам деятельности, в том числе и профессиональной. Важную роль физическая культура играет в установке личности на здоровый образ жизни [1]. В этой связи

требованиями рабочих программ по дисциплине «Физическая культура» является освоение общекультурных и общепрофессиональных компетенций, что в условиях непрофильного вуза подразумевает активную вовлеченность обучающихся в образовательный процесс, способность к коллективной деятельности, толерантности, готовность к использованию творческого потенциала, знание основ деятельности функциональных систем организма, их регуляции и саморегуляции [2].

Анализ литературы свидетельствует, что сегодня многие высшие учебные заведения в Российской Федерации обладают достаточной спортивной базой и кадровым потенциалом, позволяющим даже в непрофильных образовательных учреждениях организовать учебные занятия по самым разнообразным направлениям, таким как плавание, лыжные гонки, игровые виды спорта (футбол, волейбол, баскетбол), легкая атлетика, настольный теннис, йога, фитнес-аэробика и многое другое [3–5]. В то же время педагогическая практика показывает, что зачастую занятия по физической культуре в рамках учебного процесса в вузе не сопряжены с формированием мотивированной деятельности по саморазвитию и не приносят обучающемуся удовлетворения от процесса, направленного, прежде всего, на укрепление здоровья [6].

Осознанная потребность в физической активности относится к категории высших мотиваций, побуждающих к самоутверждению, самореализации и достижению поставленных целей [7]. На сегодняшний день занятия по физической культуре включают применение образовательных технологий, подразумевающих современное традиционное обучение (лекционно-семинарская-зачетная система) и личностно-ориентированное обучение, которое призвано повысить мотивацию обучающегося. На первых курсах высших учебных заведений проблема повышения мотивации встает наиболее остро, особенно в тех случаях, когда на смену удовлетворенным мотивам вчерашнего школьника пока не пришли новые, более зрелые мотивационные установки [8]. В связи с вышеизложенным данное исследование представляется актуальным и своевременным.

Цель исследования

Выявить причины негативного отношения обучающихся к дисциплине «Физическая культура» и рассмотреть пути повышения мотивации к занятиям по данной дисциплине.

Материалы и методы исследования

Авторами статьи была разработана анкета, включающая ряд вопросов, касающихся мотивации к занятиям физической культурой. В качестве респондентов выступили 336 студентов, обучающихся на первых курсах Красноярского государственного медицинского университета им. проф. В.Ф. Войно-Ясенецкого, Красноярского государственного педагогического университета им. В.П. Астафьева, института архитектуры и дизайна Сибирского федерального университета. Под критерии исключения из опроса попали студенты, освобожденные по со-

стоянию здоровья от занятий по физической культуре, и лица, занимающиеся в специальной медицинской группе. Обработка анкет проводилась при помощи статистического аппарата электронных таблиц Microsoft Excel, версия 2010.

Результаты исследования и их обсуждение

По результатам опроса выявлено, что только 11,7% обучающихся полностью удовлетворены занятиями по физической культуре. При этом доля лиц, не имеющих претензий к данным учебным занятиям, значительно не различалась в зависимости от направления подготовки: 12,3% студентов медицинских специальностей, 11,3% студентов исторического факультета и 10,6% будущих дизайнеров архитектурной среды дали положительную характеристику дисциплины. К сожалению, подавляющее большинство респондентов (65,3%) расценивают занятия по физической культуре как тяжкую необходимость, не приносящую должного удовлетворения. Еще 23,4% студентов затруднились дать ответ на поставленный вопрос.

Девушки чаще, чем юноши, высказывали свое негативное отношение к дисциплине – среди опрошенных, считающих физическую культуру своего рода принуждением оказалось 65,9% женского пола и, соответственно, 34,1% – мужского.

Опрос показал, что мощнейшим демотиватором является отсутствие видимых результатов применения методов физической культуры. К сожалению, в юношеском возрасте, преуменьшается значимость влияния физических упражнений на общий уровень здоровья. С точки зрения психологии в данной возрастной категории более важными представляются внешние качества, такие как развитая мускулатура, отсутствие лишнего веса, пропорциональность телосложения. Однако время, отведенное на занятия физической культурой в университете (4 академических часа в неделю) явно недостаточно для достижения желаемых результатов.

При этом следует отметить, что довольно большой процент опрошенных занимается физической культурой и спортом вне учебных занятий, хотя бы время от времени. Были выявлены некоторые различия в ответах между юношами и девушками, а также между представителями различных вузов. Результаты опроса представлены в табл. 1, 2.

На регулярные занятия указали 16,5% девушек и 24,4% юношей. У юношей направление подготовки менее связано с регулярностью внеучебных занятий физиче-

ской культурой и спортом по сравнению с девушками. Если в мужской выборке доля лиц, вообще не занимающихся спортом, колеблется от 20,5% в среде будущих врачей до 29,4% в среде будущих архитекторов, то среди девушек медицинских специальностей полностью пренебрегают данной стороной жизни более половины опрошенных. Доля студенток направлений «Педагогическое образование» и «Дизайн архитектурной среды», не занимающихся физкультурой помимо учебных занятий, составила 28,0% и 37,9% соответственно.

Из тех опрошенных, кто в повседневной жизни обходится без дополнительных физкультурно-спортивных занятий, на вопрос «Почему вне учебы Вы не занимаетесь физкультурой и спортом?» подавляющее большинство (87,4% девушек и 76,5% юношей) в качестве причины назвали нехватку времени ввиду существенных нагрузок по овладению профильными учебными дисциплинами. Однако 10,3% девушек и 16,4% юношей признались, что такие занятия требуют определенных усилий, преодоление которых просто не вызывает желания. Также регистрировались единичные ответы по типу: «Не позволяет здоровье», «С удовольствием посещал бы тренажерный зал, но нет денег на абонемент», «У меня другие увлечения, которым я отдаюсь полностью». Также следует отметить, что 87,3% опрошенных умеют плавать, 68,4% – кататься на коньках и 91,7% умеют кататься на велосипеде. Более 60% имеют дома какие-либо спортивные снаряды (велотренажер, обруч-хулахуп, скакалка, гантели и прочее). Однако из них лишь треть используют данные снаряды регулярно.

Несмотря на то, что большинство опрошенных оказались в числе незаинтересованных учебными занятиями по физической культуре, несколько неожиданной оказалась информация о численности студентов, сдававших в школе нормы комплекса ГТО. Таких респондентов было

28,1%, по половому признаку распределенных равномерно. С одной стороны, можно считать, что это является следствием формирующейся в обществе тенденции к здоровому образу жизни. С другой стороны, в частной беседе опрашиваемые признались, что многих из них подвигла на это возможность получить дополнительные, пусть и небольшие, баллы в качестве индивидуальных достижений при поступлении в высшие учебные заведения.

Немаловажную роль в популяризации физкультуры и спорта играют средства массовой информации. К сожалению, на региональном уровне информационная поддержка учреждений физкультуры и спорта не всегда эффективна. Это касается, прежде всего, малых организаций – спортивных клубов, тренажерных залов и т.п. У ряда студентов есть потребность в посещении таких учреждений, но информации об их местоположении, предлагаемых услугах и их стоимости явно недостаточно. На это обратили внимание студенты, приехавшие на учебу из районов Красноярского края, которые пока плохо знают инфраструктуру города. Однако, на наш взгляд, такая постановка проблемы является надуманной. В эпоху информационных технологий возможность получения любой справочной информации чрезвычайно высока и все зависит исключительно от желания человека. Также необходимо отметить, что заинтересованность спортивной жизнью в стране и мире у опрошенных студентов, несомненно, присутствует. Так, считают себя болельщиками 64,8% респондентов. Среди наиболее популярных видов спорта названы футбол (43,5%), хоккей (27,9%), баскетбол (21,4%), волейбол (18,8%), единоборства (14,9%). Большинство из них свой интерес удовлетворяют посредством просмотра спортивных трансляций по телевизору и посещением интернет-ресурсов по данной тематике. Небольшой процент опрошенных (3,9%) посещают спортивные мероприятия.

Таблица 1

Регулярность внеучебных занятий физической культурой и спортом в зависимости от направления подготовки (девушки)

| Занятия физкультурой и спортом вне учебных занятий | Направление подготовки | | |
|--|--|--|----------------------------|
| | Медицинские специальности (лечебное дело, педиатрия) | Педагогическое образование (профиль «История и обществоведение») | Дизайн архитектурной среды |
| Регулярно занимаются | 12,3% | 20,0% | 17,2% |
| Время от времени | 36,8% | 52,0% | 44,8% |
| Не занимаются | 50,9% | 28,0% | 37,9% |

Таблица 2

Регулярность внеучебных занятий физической культурой и спортом в зависимости от направления подготовки (юноши)

| Занятия физкультурой и спортом вне учебных занятий | Направление подготовки | | |
|--|--|--|----------------------------|
| | Медицинские специальности (лечебное дело, педиатрия) | Педагогическое образование (профиль «История и обществоведение») | Дизайн архитектурной среды |
| Регулярно занимаются | 28,2% | 27,3% | 17,6% |
| Время от времени | 51,3% | 48,5% | 52,9% |
| Не занимаются | 20,5% | 24,2% | 29,4% |

Одним из самых сложных вопросов является место физической культуры в структуре учебного расписания занятий. Само по себе занятие по дисциплине подразумевает возникновение различных физиологических реакций организма, в том числе усиление деятельности потовых желез, которое с точки зрения физиологии является одним из элементов терморегуляции, направленных на охлаждение организма. Однако, с другой стороны, усиленное потоотделение не является социально одобряемым в обществе. Поэтому если нет возможности после занятий принять душ, должным образом привести себя в порядок, чтобы продолжить учебный день, то пребывание на последующих занятиях становится сопряжено с физическим дискомфортом, а потребность в занятиях физической культурой в рамках образовательного процесса резко уменьшается. Кроме того, после усиленных физических нагрузок бывает сложно быстро переключиться на деятельность, связанную с концентрацией внимания. В этой связи 29,8% опрошенных в качестве причин, по которым их не устраивают занятия по физической культуре, указали на неудобное время. Однако в условиях высшего учебного заведения далеко не всегда представляется возможным организовать расписание так, чтобы физическая культура приходилась на завершение учебного дня. Следует отметить, что среди респондентов, неудовлетворенных временем проведения занятий, не было студентов медицинского вуза, а анализ их учебного расписания показал, что у большинства групп первого курса физическая культура стоит последним занятием.

В фонд оценочных средств по физической культуре для студентов непрофильных специальностей включены некоторые контрольные нормативы, что, согласно результатам опроса, вызывает наибольшее неодобрение респондентов. У ряда опрошенных вызывает удивление, что занятия по данной дисциплине на непрофильных факультетах сопряжены с очень специфическими контрольными срезами, такими как сдача техники конькового лыжного хода или пла-

вание определенным стилем на время. На вопрос, что следует предпринять, чтобы повысить интерес к занятиям, 69,4% студентов указали на исключение из рабочих программ контрольных нормативов.

Для формирования потребности к занятиям физической культурой, безусловно, необходим, положительный пример преподавателя. Респондентам был задан вопрос относительно критериев авторитетности преподавателей физической культуры. 87,6% опрошенных на первое место поставили внешние данные педагога. На втором месте оказалось такое качество, как отсутствие вредных привычек, на что указали 80,3% студентов. На наш взгляд, очень показательным является мнение одной из студенток: «Преподаватель, который говорит на занятии о пользе физических упражнений, а сам при этом имеет килограммов двадцать лишнего веса и страдает одышкой, очень неубедителен. Да если еще после занятий его регулярно видят с банкой пива, он рискует потерять авторитет безвозвратно». Следует отметить, что в аналогичных опросах, касающихся авторитета педагогов других специальностей, лидирующие позиции занимали иные качества, такие как спокойный характер, широкий кругозор и безупречное владение преподаваемой дисциплиной.

В качестве пожеланий по усилению мотивации 25,1% опрошенных указали на наличие возможности выбора вида спортивных занятий в рамках образовательного процесса. Такая постановка вопроса подразумевает индивидуальный подход к каждому студенту, выявление его потребностей и физических возможностей к освоению того или иного вида. Сама по себе идея индивидуализации занятий, несомненно, способна оказать влияние на переосмысление отношения молодежи к физической культуре. Но ее внедрение в условиях существующей образовательной парадигмы не представляется рациональным, так как требует серьезной структурной реорганизации учебного процесса.

На основании вышеизложенного можно констатировать, что, с точки зрения студента, пути повышения мотивации к занятиям по физической культуре представляются в следующих аспектах:

- построение более удобного расписания занятий;
- большее использование игровых видов в процессе занятия;
- формирование групп для занятий физической культурой по принципу узкой специализации;
- сведение к минимуму контрольных нормативов;
- наличие преподавателя, своим примером демонстрирующим эффективность занятий физической культурой и спортом.

Таким образом, изучение причин демотивации студенческой молодежи к занятиям физической культурой в рамках образовательных стандартов является базовым инструментом оценки рационализации применения существующих организационных форм и средств физической культуры и разработки новых моделей, направленных на формирование осознанной потребности в таких занятиях. Эффективность совершенствования мотивации возможна лишь при наличии двусторонней связи между студентами и преподавателями.

Список литературы

1. Физкультурно-спортивная среда в вузе как действенный фактор укрепления физического здоровья студентов / А.Ю. Осипов [и др.] // Проблемы современного педагогического образования. Серия: Педагогика и психология. – 2017. – № 5. – С. 148–155.
2. Кадомцева Е.М. Роль физической культуры и спорта в развитии личности студентов-медиков // Оптимизация учебно-воспитательного и тренировочного процесса в учебных заведениях. Здоровый образ жизни как фактор профилактики наркомании. – Красноярск, СибЮИ ФСКН России. – 2015. – С. 189–190.
3. Иргашева И.А. Формирование мотивации у студентов к занятиям физической культурой с использованием средств мини-футбола // Молодой ученый. – 2014. – № 18. – С. 74–76.
4. Жильцов А.Н. Учебные занятия физической культурой в плавательном бассейне, их влияние на мотивацию студентов // Студент: наука, профессия, жизнь: сб. науч. тр. – 2015. – С. 529–532.
5. Антонова И.Н. Фитнес как средство формирования мотивации студенческой молодежи к занятиям физической культурой // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. 2015. – № 10–5. – С. 8–15.
6. Коршунова О.С., Роледер Л.Н. Элективные курсы по физическому воспитанию в вузах, перспективы и возможности // Молодой ученый. – 2016. – № 23. – С. 558–560.
7. Хрущ О.И. Мотивация студентов вуза к занятиям физической культурой и спортом как компонент развития физической культуры личности. // Вестник научного общества студентов, аспирантов и молодых ученых. – 2017. – № 3. – С. 145–150.
8. Макаренко В.К. Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом // Известия Пензенского государственного педагогического университета. – 2008. – № 6. – С. 140–144.