

## Оцінка ефективності програми розвитку ціннісно-мотиваційної сфери студентів у процесі фізичного виховання

*Державний вищий навчальний заклад «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника» (м. Івано-Франківськ)*

**Постановка наукової проблеми та її значення.** Соціально-економічні перетворення в Україні, інтеграція її в європейське суспільство створюють необхідність у фахівцях якісно нового рівня. Це, зі свого боку, впливає на зростання кількості науково-педагогічних досліджень щодо проблем професійної підготовки майбутніх фахівців різних спеціальностей [1, 2].

Найбільш пріоритетним є питання, що стосуються педагогічного забезпечення навчально-виховного процесу засобами, які підвищують мотивацію до професійної діяльності, накопичення національних і духовних цінностей [3; 4]. Від їх успішного співвідношення залежить підвищення ефективності процесу спеціалізованої підготовки [2].

Теоретичний аналіз наукової літератури [2; 3; 5] свідчить про те, що цінності й ціннісні орієнтації, впливаючи на мотиви студентів, є базисом для формування їхньої життєвої позиції. Ціннісні орієнтації спроможні визначати спрямованість діяльності, що зумовлює важливість формування стійких цінностей для становлення особистості [1; 4].

Однак, попри широкий спектр досліджень специфіки фізичного виховання студентів різних спеціальностей, сьогодні залишаються не вивченими особливості розвитку їхньої ціннісно-мотиваційної сфери. А це, безумовно, негативно позначається на якості професійної підготовки й зумовлює потребу в проведенні спеціального наукового дослідження, яким є реферована праця.

**Мета дослідження** – теоретичне обґрунтування, розробка та впровадження програми розвитку ціннісно-мотиваційної сфери студентів у процесі фізичного виховання.

**Методи та організація дослідження.** Для досягнення мети дослідження застосовували системний науковий підхід, відповідно до якого підібрано групу соціологічних (аналіз та узагальнення історичних матеріалів, науково-методичної літератури, синтез, опитування, бесіда, інтерв'ю, порівняння отриманих даних), педагогічних (педагогічне спостереження, педагогічні контрольні випробування, педагогічний експеримент) і методів математичної статистики (кореляційний аналіз, t-критерій Стьюдента).

Організаційна структура проведення досліджень передбачала визначення контингенту учасників педагогічного експерименту, механізмів його проведення та необхідного матеріально-методичного забезпечення. При цьому керувалися прийнятими в педагогічній науці рекомендаціями щодо проведення наукових досліджень у галузі фізичної культури й спорту.

До участі в педагогічному експерименті залучено студентів ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника», зокрема Інституту історії, політології і міжнародних відносин (ІПМВ), фізико-технічного факультету (ФТФ) й факультету математики та інформатики (ФМІ). Загальна вибірка досліджуваних – 420 студентів.

Формувальний експеримент проходив із лютого 2012 по червень 2013 р., його тривалість – 17 місяців. Сформовано дві групи: контрольну (КГ) та експериментальну (ЕГ). З огляду на специфіку діяльності студентів різних інституцій університету реалізація програми здійснювалась у межах секційних занять із легкої атлетики.

**Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження.** Дослідження дало змогу встановити, що зі сформованої вибірки студентів мотив «набуття знань» (прагнення отримати знання, зацікавленість у їх накопиченні) домінує у 20,5 % опитаних, «оволодіння професією» (прагнення оволодіти професійними знаннями та сформувати професійно важливі якості) – у 38,8 % й «отримання диплома» (прагнення отримати диплом при формальному засвоєнні знань, що передбачає, зокрема, пошук обхідних шляхів при складанні іспитів) – 40,7 % респондентів.

Рейтинг видів занять має суттєві відмінності в студентів певних спеціальностей університету. Характерним є те, що в студентів ІПМВ у вільний час стоїть на першому місці у спілкуванні з друзями (55,9 %). Студенти ФМІ на перше місце ставлять спортивну діяльність (45,8 %). При цьому вони надають перевагу таким видам спорту, як волейбол і футбол. Друге місце в захопленнях студентів займає спілкування в соціальних мережах (серед них – VK, Twitter, Instagram, Facebook). Це характерно для більшості представників досліджуваних інституцій (94 %). В усіх студентів на третю позицію виходить «слухання музики». У респондентів із ФТФ відвідування закладів активного відпочинку посідає дев'яте місце в рейтингу занять (17,9 %), тоді як у студентів ІПМВ цей вид

проведення дозвілля – на четвертому місці (23,8 %). Багато уваги респонденти приділяють технічним інноваціям, серед яких – засоби мобільного зв'язку й ІТ-технології.

Молодь пов'язує заняття фізичними й спортивними вправами з фізичною досконалістю людини, фізичним гарту. При цьому відсутнє розуміння того, що рухова активність є джерелом не тільки фізичного, але й морально-етичного та духовного зростання особистості.

Вивчення сформованості знань із фізичного виховання дає підставу дійти висновку про недостатній рівень обізнаності студентів ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника» у цій сфері. Так, для більшості опитаних (50,2 %) характерний низький рівень знань із фізичної культури. Середній рівень виявлено в 38,1 % і високий – у 11,7 % студентів. Їхні уявлення в цій сфері суспільного життя ґрунтуються переважно на практичному досвіді й менше – на здобутих теоретичних знаннях.

На формульованому етапі педагогічного експерименту сформовано контрольну та експериментальну групи (n=28 у кожній із них). Програма відрізняється від чинної програми фізичного виховання студентів специфікою організації навчального процесу. Секційні заняття з легкої атлетики за авторською програмою спрямовані на розвиток ціннісно-мотиваційної сфери, підвищення рівня фізичної підготовленості та покращення фізичного здоров'я. До ЕГ залучено студентів, які самостійно обирали легку атлетику як засіб фізичного виховання.

Характерною ознакою авторської програми є її методологічні засади. Серед них:

- проведення занять під керівництвом кваліфікованого викладача, який спеціалізується в легкій атлетиці;
- відсотковий розподіл навантаження в програмі: 40:40:20. При цьому 40 % загального обсягу годин виділялося на вивчення історичного матеріалу з розвитку легкої атлетики на Івано-Франківщині; 40 % – удосконалення фізичної підготовленості засобами легкої атлетики; 20 % – на розвиток спеціальної фізичної підготовки;
- регулювання й планування рівня фізичного навантаження з урахуванням рівня фізичної й функціональної підготовленості студентів;
- ключовим аспектом авторської програми є розвиток ціннісно-мотиваційної сфери студентів у процесі фізичного виховання.

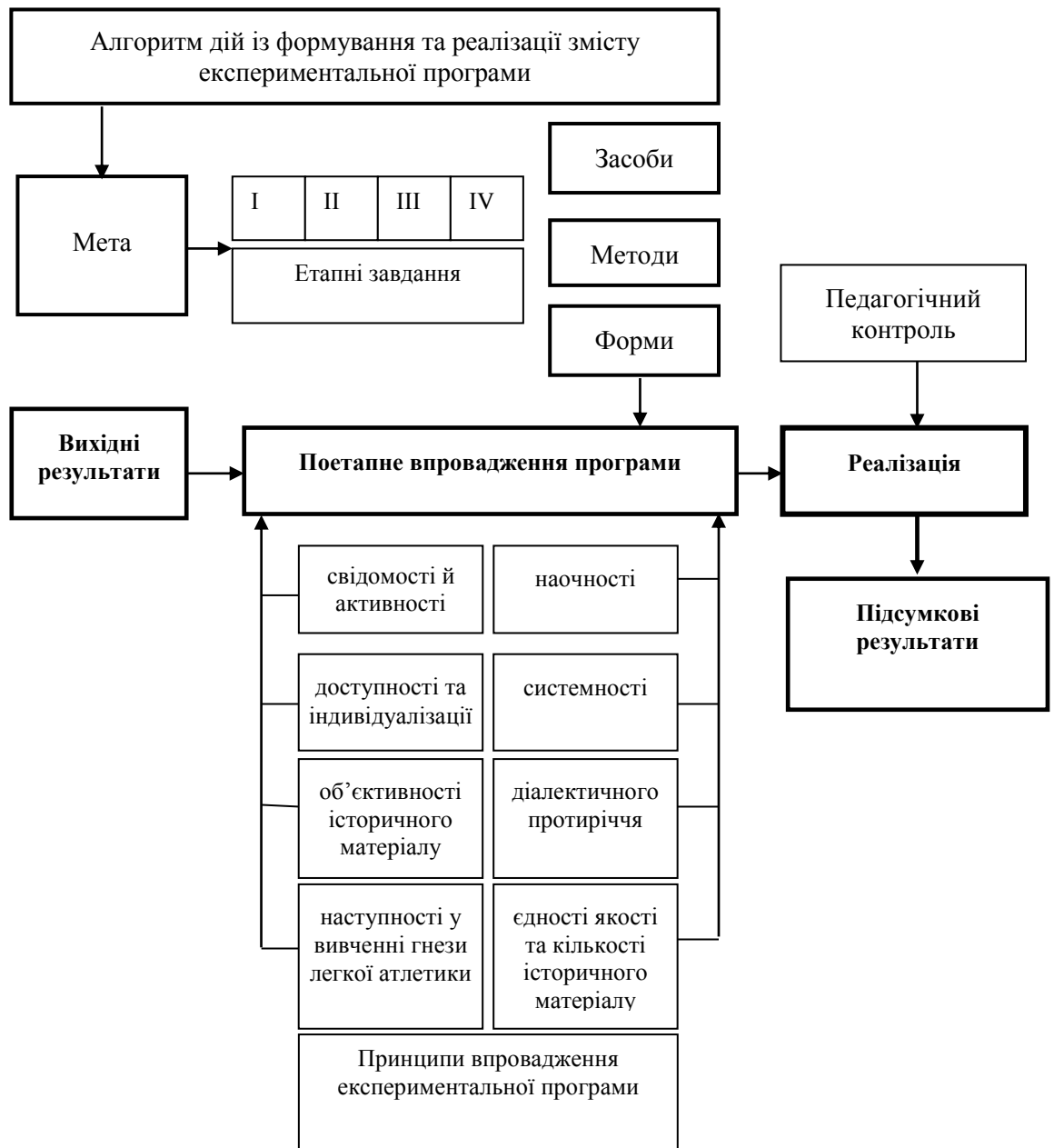
Експериментальна програма й технологія її впровадження схематично представлені на рис. 1. Вона впроваджувалася протягом чотирьох етапів: перший – організаційно-підготовчий; другий – особистісно-пізнавальний; третій – ціннісно-орієнтований; четвертий – підтримувальний. Заняття проводили двічі на тиждень.

На першому етапі сформульовано мету й завдання проведення формульованого етапу дослідження, диференційовано ЕГ і КГ, підібрано інструментарій та місця проведення занять із легкої атлетики. Цілісність технологічного процесу впровадження експериментальної програми забезпечена єдністю використаних форм занять легкою атлетикою.

На другому етапі серед форм упровадження програми зі студентами ЕГ використано лекції, практичні та семінарські заняття, тематичні круглі столи з проблем розвитку ціннісно-мотиваційної сфери студентів та історії розвитку легкої атлетики в регіоні.

При організації третього етапу експериментальної програми практичні заняття з легкої атлетики склали 64 % загального обсягу годин. Це переважно вправи, які забезпечували покращення функціональних резервів організму студента. Допоміжні вправи склали майже 30 %, а змагання – близько 6 % загального обсягу годин. Також протягом цього етапу проводили історичні квести, методичні семінари, тематичні виставки історичного матеріалу з генезису спорту в Прикарпатті, зустрічі з відомими легкоатлетами, тренерами, журналістами, громадськими діячами.

Повторне опитування проводили на четвертому етапі експериментальної програми. Контрольний зріз даних ціннісно-мотиваційних орієнтирів, фізичної підготовленості, функціональних показників може свідчити про зміни життєвих пріоритетів молодих людей, вірогідно, пов'язаних з експериментальною програмою.



**Рис. 1.** Компоненти експериментальної програми розвитку ціннісно-мотиваційної сфери студентів засобами легкої атлетики

Так, наприкінці експерименту на перше місце з безумовною перевагою в ЕГ виходить заняття легкою атлетикою, яке не можна додати до розряду захоплень, а слід характеризувати як моральну цінність, тобто той пріоритет, який примушує людину по-іншому будувати свій вільний час для того, щоб здійснювати і духовно-фізичне вдосконалення (друге місце).

Позитивним ефектом у ЕГ можна назвати зниження інтересу до комп'ютерних ігор та телепередач. Виявлено в ЕГ серед пріоритетних захоплень соціокультурні орієнтири, які пов'язані зі спортом, літературою, музикою, малюванням, а також моральні орієнтири, обумовлені посиленням соціальної інтеграції. Ціннісними пріоритетами в проведенні дозвілля студентами ЕГ є читання художньої літератури, вивчення іноземних мов, захоплення музикою, дотримання правил здорового способу життя, допомога товаришам, підвищення рівня фізичної підготовленості.

Аналіз сукупної вибірки результатів виконання тестів фізичної підготовленості студентами – учасниками експерименту – свідчить про те, що середні величини показників перебувають у межах низького рівня та рівня, нижчого за середній, – до початку експерименту й вищого від середнього та високого рівнів – після його реалізації. У КГ показники вірогідно не змінилися.

За даними тестування, проведеного в кінці впровадження програми, відбулися зміни в студентів ЕГ: зріс показник у правій «згинання та розгинання рук у висі» на 23,9 %; у правій «піднімання в сід

за 1 хв» у студентів – на 15,1 %, у студенток – на 21,9 %; на 10 % покращилися результати в студенток у бігові на 1000 м, у студентів у човниковому бігові та вправі «нахил вперед». В останньому результат у студенток зріс на 24,4 %. Не суттєві зміни відбулись у вправах: «біг 100 м» (на 3,4 %), «біг 3000 м» (на 4,7 %), «стрибок у довжину з місця» (на 5,8 %) – у студентів. На 6,8 % («біг 100 м») та на 7,7 % («човниковий біг 4x9 м») – у студенток.

Визначення вагово-зростового індексу Кетле, який характеризує особливості тілобудови, дав підстави зробити висновок, що між середніми показниками студентів ЕГ та КГ достовірної різниці немає ( $403 \pm 11,1$  – ЕГ та  $402 \pm 10,2$  – КГ,  $p > 0,05$ ). Життєвий індекс – важливий критерій резерву функцій зовнішнього дихання. У студентів ЕГ спостерігається підвищення показника ЖІ на 14 % – після експерименту ( $p < 0,05$ ). При цьому його значення лише на початку експерименту оцінюється як нижче від середнього, по його завершенню – вірогідно зростає до середнього, відповідно з віковою нормою для чоловіків та жінок.

Аналіз показників силового індексу (СІ) засвідчує, що його значення в студентів ЕГ та КГ достовірно не відрізняються на початку експерименту ( $p > 0,05$ ). А по його завершенню СІ вірогідно зростає на 15 % у представників ЕГ ( $p < 0,05$ ).

Проаналізувавши показники СІ студентів ЕГ, можна стверджувати, що заняття легкою атлетикою за авторською програмою позитивно впливають на розвиток м'язової системи. Значення СІ у студентів, які займалися легкою атлетикою, згідно з авторською програмою, на початку експерименту перебуває практично на середньому рівні, а по завершенню – на рівні, вищому за середній.

За результатами проведеного дослідження можна зробити такі **висновки**:

1. Для більшості опитаних (50,2 %) властивий низький рівень обізнаності з фізичного виховання, а також середній (у 38,1 %) і високий (у 11,7 % студентів). Їхні уявлення в цій сфері ґрунтуються переважно на практичному досвіді й меншою мірою – на теоретичних знаннях. При низькому рівні фізичної підготовленості студенти вище оцінюють свої спортивні можливості й мають високий рівень самооцінки. Основними мотивами фізичного виховання студентів вищих закладів освіти є бажання поліпшити фізичне здоров'я, підвищити фізичну підготовленість та мати належну тілобудову. На ставлення студентів до фізичної культури впливають такі основні фактори: нестача вільного часу, відсутність спортивної бази та потрібних секцій, втома, поганий стан здоров'я.

2. Розроблена програма відрізняється від чинної програми фізичного виховання студентів специфікою організації навчального процесу. При загальному обсязі годин експериментальної програми (272 год) безпосередня робота зі студентами складала 76,5 % та дистанційна форма навчання (23,5 %). Форма роботи зі студентами секційна. Заняття з легкої атлетики за авторською програмою спрямовані на розвиток ціннісно-мотиваційної сфери, підвищення рівня фізичної підготовленості та покращення фізичного здоров'я. До експериментальної групи залучено студентів, які самостійно обирали легку атлетику як засіб фізичного виховання.

3. Результати контрольного анкетування свідчать, що рівень інтересу до фізичного виховання в студентів КГ у вищому закладі освіти невисокий. Результати формульованого експерименту вказують на те, що в студентів ЕГ майже на 23 % змінилися ціннісні орієнтації в сторону зростання інтересу до фізичного виховання. Найчисельніша група молоді має середній або вищий за середній рівні інтересу до фізичного виховання й занять легкою атлетикою. Цікаво, що мотив занять легкою атлетикою в дівчат загалом нижчий, ніж у юнаків (на 14 %). Аналіз результатів дослідження свідчить, що з плином часу рівень інтересу студентів КГ до фізичного виховання знижується. Зокрема, «високий» рівень інтересу до фізичного виховання у КГ знизився на 14,2 %. Важливим є факт зростання кількості студентів ЕГ із високим рівнем інтересу до фізичного виховання на 42,82 % ( $p < 0,05$ ).

4. Результатами впровадження експериментальної програми є достовірні зміни показників ціннісно-мотиваційної сфери студентів. Це дає підстави зробити висновки щодо високої ефективності розробленої програми. Основа збереження й зміцнення здоров'я – ведення здорового способу життя. Понад 70 % студентів ЕГ дали ствердну відповідь щодо дотримання здорового способу життя, тоді як у КГ їх більше 20 %.

**Перспективним і важливим у майбутніх наукових пошуках** вважаємо використання розробленої експериментальної програми в роботі з дітьми старшого шкільного віку, удосконалення системи мотивів до занять фізичними вправами через комплекс засобів історії розвитку легкої атлетики та інших видів спорту, презентування експериментального матеріалу громадському активу міста.

#### *Джерела та література*

1. Марченко О. Ю. Формування ціннісних категорій особистої фізичної культури у студентської молоді : автореф. дис. на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / О. Ю. Марченко. – К., 2010. – 21 с.
2. Приступа Е. Н. Решение проблем современной молодежи средствами олимпийского образования / Приступа Е. Н., Брискин Ю. А., Питын М. П. // Sportul Olimpic și sportul pentru toți : materialele Congresului Șt. Intern. / col. red. : Manolachi V., Danail S. – Ch. : USEFS, 2011. – Vol. 1. – 2011. – P. 148–152.

3. Стадник В. В. Проблемы современной системы физического воспитания ВНЗ, как основного фактора укрепления здоровья студентов / В. В. Стадник // Научный часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. – Серія 15 : «Фізична культура і спорт». – 2013. – № 5 (30). – С. 351–356.
4. O'Dwyer G. Developmental Health and Fitness / G. O'Dwyer // Prim-Ed Publishing. – Great Britain. – 1994. – 45 p.
5. Physical Education for Lifelong Fitness: the Physical Best Teacher's Guide. – [Champaign]: Human Kinetics, 1999. 39 Das Fitness. – ABC. DTB. – Deutscher Turner-Bund. – Frankfurt/Main, 2000. – 96 p.
6. Sprachen als Lehramtstudium. – Universität Konstanz : Zentrale tudienberatung. Zentrum für Lehrerbildung, 2012. – 15 p.

#### **Анотації**

*Проведений у межах наукової роботи аналіз найбільш важливих наукових джерел літератури дав змогу окреслити коло проблем, які нагально потрібно розв'язати в суспільстві. Вихід із цього становища вбачається в посиленні вимог до ціннісно-мотиваційної сфери студентів, національного виховання засобами історичного матеріалознавства, організаційно-методичного забезпечення навчального процесу засобами фізичного виховання, у якому його національні особистісні цінності, оздоровча спрямованість виступають системоутворювальним гуманістичним фактором, що формує сучасну стратегію й тактику гармонізації виховання студентської молоді та дає змогу цілеспрямовано розв'язувати завдання виховання здорової особистості.*

*Мета роботи – теоретичне обґрунтування, розробка та впровадження програми розвитку ціннісно-мотиваційної сфери студентів у процесі фізичного виховання.*

*Експериментальна перевірка ефективності розробленого змісту занять дала змогу здійснити порівняльний аналіз показників ціннісно-мотиваційної сфери студентів, їхнього фізичного здоров'я. Розроблена та впроваджена програма з легкої атлетики якісно вплинула на зміни цінностей і мотивів студентів експериментальної групи. Виявлено, що цілеспрямоване використання авторської програми сприяє покращенню рівня фізичної підготовленості, стану фізичного здоров'я студентів.*

**Ключові слова:** цінності, мотиви, студенти, фізичне виховання, фізична підготовленість, фізичне здоров'я, легка атлетика.

**Оксана Крыжановская. Программа развития ценностно-мотивационной сферы студентов в процессе физического воспитания.** Проведенный в рамках научной работы анализ наиболее важных научных источников литературы позволил очертить круг проблем, которые срочно нужно решить в обществе.

*Выход из этого положения видится в усилении требований к ценностно-мотивационной сфере студентов, национального воспитания средствами исторического материаловедения, организационно-методического обеспечения учебного процесса средствами физического воспитания, в котором его национальные личностные ценности, оздоровительная направленность выступает как системообразующий гуманистический фактор, который формирует современную стратегию и тактику гармонизации воспитания студенческой молодежи и позволяет осуществить целенаправленное решение задач воспитания здоровой личности.*

*Цель работы – теоретическое обоснование, разработка и внедрение программы развития ценностно-мотивационной сферы студентов в процессе физического воспитания.*

*Экспериментальная проверка эффективности разработанного содержания занятий позволила осуществить сравнительный анализ показателей ценностно-мотивационной сферы студентов, их физического здоровья. Разработанная программа по легкой атлетике качественно повлияла на изменения ценностей и мотивов студентов экспериментальной группы. Установлено, что целенаправленное использование авторской программы способствует улучшению уровня физической подготовленности, состояния физического здоровья студентов.*

**Ключевые слова:** ценности, мотивы, студенты, физическое воспитание, физическая подготовленность, физическое здоровье, легкая атлетика.

**Oksana Kryzhanovskaya. The Program of Value-motivational Sphere of Students in Physical Education.** Held within the framework of research analysis of the most important sources of scientific literature has allowed to outline the range of problems that urgently need to be solved in society.

*Out of this situation is seen the increasing demand for value-motivational sphere of students, national education means of historical materials science, organizational and methodological support of educational process by means of physical education, in which its national personal values, improving orientation serves as a backbone of humanistic factors that shape of modern strategy and tactics harmonize education of students and allows for targeted problem solving upbringing healthy personality.*

*The aim of the work was theoretical justification, development and implementation of the program of development of value-motivational sphere of students in physical education.*

*Experimental verification of the effectiveness of training content developed allowed to carry out a comparative analysis of value-motivational sphere of students, their physical health. The programs to athletics qualitative impact on the change of values and motives of the students of the experimental group was developed. It was revealed that the purposeful use of the author's program helps to improve the level of physical fitness, physical health of students.*

**Key words:** values, motives, students, physical education, physical fitness, physical fitness, athletics.