

УДК 796.011.3

Оценка эмоционально-ценностного отношения к физической культуре студенток специальной медицинской группы технического вуза

Павлютина Лионелла Юрьевна, кандидат педагогических наук, доцент
Мараховская Оксана Валерьевна кандидат педагогических наук, доцент
Бахарева Светлана Юрьевна, кандидат педагогических наук, доцент
Славнова Марина Юрьевна, кандидат педагогических наук, доцент
Омский государственный технический университет

Аннотация.

Цель исследования – выявление оценки эмоционально-ценностного отношения к физической культуре студенток специальной медицинской группы технического вуза.

Методы и организация исследования. Использовали методы анализа и обобщения научно-педагогической литературы, анкетирование, математические методы обработки данных. Выборка исследования составила 48 студенток специальной медицинской группы Омского государственного технического университета.

Результаты исследования и выводы. Выявлена положительная оценка отношения студенток специальной медицинской группы к физической культуре. Предложены рекомендации по формированию эмоционально-ценностного отношения к физической культуре студенток специальной медицинской группы, которые позволяют повысить физическую активность, что благоприятно скажется на их состоянии здоровья.

Ключевые слова: эмоционально-ценностное отношение, физическая культура, специальная медицинская группа, студентки, вуз.

Assessment of the emotional-valuative attitude towards physical culture among female students of a special medical group in a technical university

Pavlyutina Lionella Yuryevna, candidate of pedagogical sciences, associate professor
Marakhovskaya Oksana Valeryevna, candidate of pedagogical sciences, associate professor
Bakhareva Svetlana Yuryevna, candidate of pedagogical sciences, associate professor
Slavnova Marina Yuryevna, candidate of pedagogical sciences, associate professor
Omsk State Technical University

Abstract.

The purpose of the study is to identify the assessment of the emotional and value attitude towards physical culture among female students of the special medical group at a technical university.

Research methods and organization. The methods of analysis and generalization of scientific and pedagogical literature, surveys, and mathematical data processing methods were used. The sample of the research consisted of 48 female students from the special medical group of Omsk State Technical University.

Research results and conclusions. A positive assessment of the attitude of female students in the special medical group towards physical culture was revealed. Recommendations for forming an emotional and value-based attitude towards physical culture among female students of the special medical group are proposed, which can enhance physical activity, positively impacting their health status.

Keywords: emotional and value attitude, physical education, special medical group, female students, university.

ВВЕДЕНИЕ. Современный запрос общества направлен на подготовку мобильных специалистов в профессиональной деятельности, обладающих высокой компетентностью, стрессоустойчивостью и конкурентоспособностью, что является одной из основных концепций высшего образования [1].

Соответствовать этим требованиям возможно при оптимальном физическом развитии и физической подготовленности студентов, реализация которых осуществляется в рамках дисциплины «Физическая культура». В высшей школе физическая культура представляет собой систему передачи студентам её ценностей, спо-

собствующих формированию у них мировоззрения, целеустремленности, социальной потребности и сознательности [2]. Физическая культура влияет на целостное формирование личности, проявляющейся в различных сферах жизнедеятельности, и на эффективность работоспособности. Важной функцией физической культуры, как части общей культуры общества, является укрепление, сохранение и повышение уровня здоровья населения [3]. При этом физическая активность занимает преимущественное место в сохранении здоровья, необходимой работоспособности и профилактике влияния неблагоприятных факторов учебной и дальнейшей профессиональной деятельности [4]. Суть аспекта современной концепции физической активности заключается в необходимости освоения недостаточно развитых физических качеств [5]. Применительно к студентам специальной медицинской группы это наиболее актуально, так как большинство из них были освобождены от занятий физической культурой в школе. Данный факт свидетельствует о снижении физической активности, что пагубно влияет на гиподинамию в физическом развитии, за исключением студентов, посещающих лечебную физическую культуру (ЛФК) в кабинетах ЛФК по месту жительства или во врачебно-физкультурном диспансере [6, 7].

Накопленный научный опыт свидетельствует о том, что противопоказанием к лечебной физической культуре являются лишь высокая температура и острый воспалительный процесс. Следовательно, после прекращения данных симптомов на этапе поликлинического, стационарного и санитарно-курортного режимов физической активности можно применять средства физической культуры в соответствии с двигательным режимом [4, 7].

Безусловно, значима эффективность использования оздоровительных методик в физическом воспитании обучающихся в специальной медицинской группе [4]. Возникает необходимость в исследовании современных подходов к повышению физической активности студентов данной группы. Отметим тот факт, что при проведении медицинского осмотра студентам специальной медицинской группы в их «Карте здоровья» рекомендуют заниматься лечебной физической культурой и повышать физическую активность. Однако не указано, где и каким образом это может осуществляться и какие физические нагрузки доступны для них.

На современном этапе наблюдается недостаточная активность молодежи в занятиях физической культурой. Низкая мотивация студентов к физическим упражнениям связана, прежде всего, с их невысокой потребностью [5, 7].

По мнению В. К. Бальсевича, в молодости подобный опыт, практически определяющий одну из сторон культуры личности выпускника вуза, не вполне осознается. При этом для современного специалиста так называемая двигательная грамотность является неотъемлемой частью успешной трудовой деятельности, ритм которой достаточно высок. Преодолеть возникающие затруднения выполнения её на достаточном уровне возможно только при хорошем здоровье. Однако, по мнению ученого, совершенствование физических кондиций человека должно рассматриваться значительно шире, поскольку речь идет о повышении гармоничного развития личности, непосредственно связанного с культурологическим аспектом физической активности [5].

Основной проблемой исследования в современной теории и практике физкультурного образования является повышение уровня физической культуры населения.

Повышение потенциала физической культуры во многом определяется уровнем развития знаний о физической подготовке и тренировках, а также о методах физического воспитания. При этом приобретение системы знаний и опыта способов деятельности, доступных в рамках физкультурно-оздоровительных форм в жизнедеятельности студентов, позволяет проявлять потребности в них, что влияет на активность и формирование мотивационно-ценностных ориентиров [7, 8].

Отношение к физической культуре характеризуется такими ценностями, как система отношений к себе, обществу и производственному труду. Их направленность воплощает физическую культуру в жизнедеятельность современной личности студентов. Особенное значение при формировании эмоционально-ценностных отношений студенток специальной медицинской группы имеет то, насколько значима для них та или иная ценность, какие представления они имеют о ней и насколько активно они овладевают данной ценностью [3].

Возникает необходимость в формировании положительного эмоционально-ценностного отношения к физической культуре у студенток специальной медицинской группы, учитывая сложность данного процесса, связанную с освобождением от физических нагрузок на ранних этапах их жизни. Поэтому актуально исследование в данном направлении.

Цель исследования — выявление оценки эмоционально-ценностного отношения к физической культуре студенток специальной медицинской группы технического вуза.

МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ. Для осуществления цели исследования были использованы методы анализа и обобщения научно-педагогической литературы, анкетирования и математические методы обработки данных. Анкетирование проводилось для выявления значимости физической культуры в жизни студенток специальной медицинской группы и их желания применять её формы для повышения физической активности. Респондентам предлагалось ответить на восемь вопросов, выбрав соответствующий вариант ответа или отметив другое. Содержание анкеты «Отношение к физкультурно-оздоровительной деятельности»:

1. Ваше отношение к физической культуре: а) положительное, б) отрицательное, в) безразличное;
2. Появляется ли у вас потребность в двигательной деятельности: а) ежедневно, б) 2-4 раза в неделю, в) никогда не появляется;
3. Получаете ли удовольствие от занятий физическими упражнениями: а) да, б) скорее да, в) скорее нет;
4. Какую форму физической активности предпочитаете: а) фитнес, б) занятия в тренажерном зале, в) другая форма;
5. Интересует ли вас организация занятий: а) да, б) скорее да, чем нет, в) скорее нет;
6. Чью информацию вы используете для самостоятельных занятий физической культурой: а) преподавателя, б) врача, в) интернет;
7. Сколько времени вы отводите на занятия физическими упражнениями: а)

30-40 мин, б) 60-90 мин, в) нисколько;

8. Причины, мешающие повышать физическую активность: а) отсутствие свободного времени, б) отсутствие желаниа, в) нет стимула к занятиям.

Выборка исследования составила 48 студенток специальной медицинской группы ОмГТУ. На первом этапе исследования изучалось состояние проблемы эмоционально-ценностных отношений к физической культуре в научно-педагогической и методической литературе, формулировалась цель исследования, обобщались и систематизировались современные направления по данному вопросу. На втором этапе исследования определялось содержание вопросов анкеты, проводилось анкетирование студенток специальной медицинской группы. На третьем этапе исследования осуществлялась математическая обработка полученных результатов, формулировались выводы и рекомендации по повышению мотивации к физической культуре студенток специальной медицинской группы.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. С целью исследования эмоционально-ценностного отношения к физической культуре студенток специальной медицинской группы и понимания ими значимости здоровья для сохранения работоспособности: как умственной, так и физической, было проведено анкетирование. Выборка составила 48 студенток специальной медицинской группы ОмГТУ. Результаты анкетирования в большей степени имеют положительную направленность (табл. 1).

Таблица 1 – Результаты анкетирования студенток специальной медицинской группы

№	Вопросы	Варианты ответов		
		положительное отношение	отрицательное отношение	безразличное отношение
1	Ваше отношение к физической культуре	70%	20%	10%
2	Появляется ли у Вас потребность в двигательной деятельности	ежедневно 35%	2-4 раза в неделю 20%	не возникает 45%
3	Получаете ли удовольствие от занятий физическими упражнениями	да 70%	скорее да 30%	скорее нет -
4	Какую форму физической активности предпочитаете	фитнес 60%	занятия в тренажерном зале 20%	другие виды: ЛФК - 10% велопрогулки 10%
5	Интересует ли Вас организация занятий	да 40%	скорее да -	скорее нет 60%
6	Чью информацию Вы используете для самостоятельных занятий физической культурой	преподавателя 30%	врача 30%	интернета 40%
7	Сколько времени отводите на занятия физическими упражнениями	30-40 мин 20%	60-90 мин 40%	нисколько 40%
8	Причины, мешающие повышать физическую активность	отсутствие свободного времени 40%	отсутствие желаниа 30%	нет стимула к занятиям 30%

Результаты анкетирования выявили положительное эмоционально-ценностное отношение студенток специальной медицинской группы к физической культуре у 70% респондентов, 20% имеют отрицательное, 10% – безразличное отношение.

Потребность в ежедневной двигательной активности наблюдается только у 35% студенток, 20% предпочитают заниматься физической культурой два-четыре раза в неделю и считают, что состояние здоровья зависит от уровня физического развития и физической активности.

В то же время более половины респондентов (70%) отмечают, что получают удовольствие, занимаясь физической культурой. Однако 30% студентов сомневаются в этом. Далее нас интересовал вопрос о предпочтениях студенток в выборе форм физической активности: организованные или самостоятельные занятия. Выявлено, что 60% студенток предпочитают фитнес, занятия в тренажёрном зале – 20%, 10% студенток отдают предпочтение лечебной физической культуре, и ещё 10% – велопрогулкам. Интересным было мнение опрашиваемых студенток относительно правильной организации занятий физическими упражнениями. Вопросы правильной организации занятий физической культурой интересуют 40%, безразличны они 60%.

При этом готовы использовать информацию от преподавателя физической культуры лишь 30% студенток, получить её у врача намерены также 30%, а 40% готовы воспользоваться интернетом.

На ежедневное выполнение физических упражнений 30-40 минут тратят лишь 20% опрошенных. В то же время 40% студенток занимаются 60-90 минут (посещение академических и самостоятельных занятий). Не затрачивают времени на занятия физической культурой 40% респондентов.

К факторам, мешающим проведению регулярных занятий физической культурой, большинство респондентов (40%) относят отсутствие свободного времени; отсутствие желания выявлено у 30% и недостаток стимула к занятиям также у 30%.

В целом результаты анкетирования студенток показали положительное отношение к физической культуре. Однако не соответствуют должному уровню данные по следующим вопросам: потребность в ежедневной двигательной активности, интерес к правильной организации занятий, получение информации для самостоятельных занятий и повышение мотивации к занятиям физической культурой, что требует дальнейшей коррекции.

Таким образом, последующее формирование мотивации к физической культуре у студенток специальной медицинской группы является основополагающей задачей исследования.

Формирование эмоционально-ценностных отношений студенток к физической культуре следует начинать с такой организации учебного процесса по физической культуре, чтобы данные ценности проявлялись в личном опыте реальных мотивов поведения и становились приоритетными в их жизни.

В связи с вышеизложенным встаёт вопрос о представлении рекомендаций по повышению мотивации к физической активности студенток специальной медицинской группы в рамках организованных и самостоятельных занятий физической культурой адаптивной направленности, исходя из возможностей.

В качестве практических рекомендаций для повышения мотивации студенток специальной медицинской группы к физической культуре следует отметить следующее:

1) освоение простейших методов самодиагностики при самостоятельных занятиях физической культурой адаптивной направленности;

2) составление индивидуального физического профиля в соответствии с выполненными тестами на силовую выносливость, гибкость и общую выносливость (доступные для выполнения этим контингентом);

3) целесообразно уделять внимание освоению рекомендованной ходьбы по лестнице (от двух пролётов с постепенным увеличением их количества до восьми) с соблюдением ритма дыхания (на две ступеньки подъёма – вдох, на две – выдох); можно включать дозированную ходьбу продолжительностью до 20-40 минут;

4) рекомендовано выполнение специальных упражнений на развитие силовой выносливости и гибкости, а также комплексов физических упражнений профилактической направленности (дыхательной и глазодвигательной гимнастики, специальных комплексов для шейного, грудного и поясничного отделов позвоночника) с целью снижения неблагоприятного воздействия на организм низкой физической активности и длительного пребывания за рабочим столом.

ВЫВОДЫ. Таким образом, анализ научно-педагогической литературы позволил раскрыть актуальность темы исследования на современном этапе. С помощью анкетирования была выявлена положительная оценка эмоционально-ценностного отношения к физической культуре студенток специальной медицинской группы технического вуза. Результаты опроса позволили обобщить вопросы, требующие коррекции, систематизировать современные источники и разработать практические рекомендации по повышению мотивации студенток специальной медицинской группы к занятиям физическими упражнениями, что оптимизирует образовательный процесс по физической культуре и, следовательно, способствует увеличению необходимой в жизнедеятельности физической активности.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Загвязинский В. И., Волосникова Л. М., Кукуев Е. А. Патрушева И. В. Академическая мобильность в педагогическом образовании. DOI: 10.17853/1994-5639-2020-6-31-48 // Образование и наука. 2020. Т. 22, № 6. С. 32–48. EDN: UCXQRU.

2. Виленский М. Я., Масалова О. Ю. Аксиологический подход к содержанию образования по физической культуре в высшей школе и его технологические особенности : монография. Москва : Рус-сайтс, 2017. 240 с. ISBN 978-5-4365-1618-9. EDN: YJYWZP.

3. Ценности физической культуры студентов вуза / Павлотина Л. Ю., Славнова М. Ю., Марашовская О. В., Полозкова И. В. DOI 10.24412/2305-8404-2022-8-26-32 // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2022. № 8. С. 26–32. EDN: MODVLE.

4. Организация процесса физического воспитания студентов с ограниченными возможностями здоровья на основе модульного подхода / Захарова Л. В., Московченко О. Н., Солимене У., Третьякова Н. В., Банникова Н. В., Люлина Н. В., Катцин О. А. DOI 10.17853/1994-5639-2020-7-148-175 // Образование и наука. 2020. Т. 22, № 7. С. 148–175. EDN: BBXAAB.

5. Бальсевич В. К. Оздоровительный потенциал физической и спортивной культуры // Здоровье нации – основа процветания России : материалы 2 Всерос. форума. Москва : НИЦСХ им. А. Н. Бакулева РАМН, 2006. С. 213–214.

6. Мошков В. Н. Лечебная физкультура – средство комплексного лечения больных // Лечебная физическая культура и массаж. 2006. № 7 (31). С. 58–62. EDN: HUKTHV.

7. Полозкова И. В., Сафонова Ж. Б. Прикладная физическая культура в жизнедеятельности студентов специальной медицинской группы «В» // Омские социально-гуманитарные чтения – 2018 : материалы XI Междунар. науч.-практ. конф., посвященной 25-летию факультета гуманитарного образования Омского государственного технического университета. Омск, 2018. С. 375–379. EDN: XVDSZV.

8. Суриков А. А. Формирование физической культуры студентов специальной медицинской группы на основе личностно-ориентированной модульной программы физического воспитания : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Йошкар-Ола, 2006. 24 с. EDN: NKAVRD.

REFERENCES

1. Zagvyazinsky V. I., Volosnikova L. M., Kukuev E. A., Patrusheva I. V. (2020), “Academic mobility in teacher education”, *Education and science*, Vol. 22, No 6, pp. 32–48.

2. Vilensky M. Ya., Masalova O. Yu. (2017), “Axiological approach to the content of physical education in higher education and its technological features”, Moscow.

3. Pavlyutina L. Yu., Slavnova M. Yu., Marakhovskaya O. V., Polozkova I. V. (2022), “Values of physical culture of university students”, *Proceedings of Tula State University. Physical Culture. Sport*, No. 8, pp. 26–32.

4. Zakharova L. V., Moskovchenko O. N., Solimene U., Tretyakova N. V., Bannikova N. V., Lyulina N. V., Katzin O. A. (2020), “Organization of the process of physical education of students with disabilities based on a modular approach”, *Education and science*, Vol. 22, No. 7, pp. 148–175.

5. Balsevich V. K. (2006), “Health-improving potential of physical and sports culture”, *The health of the nation is the basis of Russia's prosperity*, 2 Vsros. the forum, Moscow, pp. 213–214.

6. Moshkov V. N. (2006), “Physical therapy – a means of complex treatment of patients”, *Therapeutic physical education and massage*, No. 7 (31), pp. 58–62.

7. Polozkova I. V., Safonova Zh. B. (2018), “Applied physical culture in the life of students of the special medical group "B"”, *Omsk Social and Humanitarian Readings – 2018*, XI International Scientific - practical conference dedicated to the 25th anniversary of the Faculty of Humanities of Omsk State Technical University, pp. 375–379.

8. Surikov A. A. (2006), “Formation of physical culture of female students of a special medical group on the basis of a personality-oriented modular physical education program”, *Yoshkar-Ola*, 24 p.

Информация об авторах:

Павлотина Л.Ю., доцент кафедры физического воспитания и спорта, guchina7lina@mail.ru, ORCID: 0000-0003-1339-4590, SPIN-код 8300-7959.

Мараховская О.В., доцент кафедры физического воспитания и спорта, marakhovskiy.76@mail.ru, ORCID: 0000-0001-7156-3095, SPIN-код 8865-1583.

Бахарева С.Ю., доцент кафедры физического воспитания и спорта, murevna@mail.ru, ORCID: 0009-0006-7942-9716, SPIN-код 5804-1376.

Славнова М.Ю., доцент кафедры физического воспитания и спорта, slavnova_m@mail.ru, ORCID: 0009-0006-5765-8489, SPIN-код 2807-1646.

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Поступила в редакцию 03.11.2024.

Принята к публикации 02.12.2024.