

МОТИВАЦІЯ СТУДЕНТІВ ДО ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОЇ ФОРМИ НАВЧАННЯ

Родигіна В.П.

*Національний технічний університет
«Харківський політехнічний інститут», м. Харків*

У зв'язку з російською військовою агресією 2022 року проти нашої країни, весь освітній процес було переведено на дистанційний режим, у східній та північній частині України. Студенти вищих навчальних закладів, змушені займатися формою дистанційного навчання, яка вплинула на структуру навчального заняття, стиль викладання та спосіб життя в цілому. Це супроводжується великою емоційною напругою, порушенням режиму роботи (велику кількість часу проводять біля монітора комп'ютера) та відпочинку, збільшенням обсягу живлення та максимально зниженою руховою активністю. Фактор, що рушить людину займатися фізичною культурою, особливо в період онлайн навчання, для реалізації рухової активності, називається мотивацією. Мотивація до фізичної активності – особливий стан особистості, спрямоване досягнення оптимального рівня фізичної підготовленості та працездатності [1]. У нових обставинах сформувані здорову, гармонійно розвинену особистість – головна мета дисципліни «Фізичне виховання» під час дистанційного навчання в умовах війни. Для вирішення цього завдання було проведено анкетування, в якому брали участь студенти 1-3 курсів (усього 103 людини) навчально-науковий інститут економіки, менеджменту та міжнародного бізнесу НТУ «ХПІ» (ННІ ЕММБ) 87,2% дівчат та 12,8% юнаків. Усі студенти на практичних заняттях займалися в основній групі. Оцінюючи свою фізичну активність у період дистанційного навчання, студенти зазначили, що щодня виконують фізичні вправи – 52,7 %, займаються лише за розкладом занять для надання звіту викладачеві та отримання заліку – 32,3 %. На запитання «Які Ваші мотиви до занять фізичною культурою в період дистанційного навчання?» були отримані відповіді, що 52% студентів займаються фізичною культурою для зміцнення здоров'я, зміни видів діяльності, активного відпочинку, задоволення потреб у русі, 8,8% – для контролю за масою тіла, 39,2% – для зняття психологічного стресу. Виявлено види фізичної активності, найцікавіші для студентів у період дистанційного навчання: біг та катання на велосипеді (студенти живуть у заміських будинках) – 10,7 %, йога – 14,2 %, заняття гімнастикою – 75,1 %. Негативними мотивами для студентів у заняттях фізичними вправами в період дистанційного навчання були: перевантаженість навчальними завданнями з інших дисциплін – 10,7 %, низький рівень фізичної підготовленості – 7,1 %, нервова перенапруга, пов'язана з війною – 27,1 %, нецікаво організовані заняття – 18,5 %, відсутність сприятливих умов для занять – 36,6 %. Були бажання надалі проходити навчання дистанційно 36,7% респондентів, 63,3% студентів віддали перевагу аудиторному навчанню, 42,0% опитуваних висловилися за проведення практичних занять з фізичного виховання дистанційно, 58,0% вибрали заняття у спортивному керівництвом викладача. Студенти, оцінюючи своє психічне здоров'я за умов війни, відзначили високу тривожність у 71,0 % випадків,

помірну – у 17,8 %, низьку – у 10,6 %. Підвищену дратівливість відчували 10,6% студентів, середня дратівливість спостерігалася у 39,2%, низька – 50,2%. Порушення сну було властиво 64,3% студентів. Зазнавали дефіциту живого спілкування 64,2 % респондентів, почуття млявості, розсіяності, втоми – 53,4 %. Аналізуючи виконану роботу, можна стверджувати, що оптимізація та інтенсифікація дистанційних занять з дисципліни «Фізичне виховання» потрібні. Доцільно дати зрозуміти студентам вищу всю важливість щоденних занять фізичними вправами в період максимально зниженої рухової активності на дистанційному навчанні в умовах війни. Проводячи заняття у форматі дистанційного навчання, викладач з фізичного виховання повинен подавати приклад студентам і бути взірцем для наслідування, вчити їх жити і бути щасливими в ситуації, що склалася.

Література:

1. Мунтян В.С. Интериоризация мотивации как фактор оптимизации учебного процесса студентов / В.С. Мунтян // Адаптаційні можливості дітей та молоді. Одеса: ТОВ Лерадрук, 2012. С. 223-228.