

УДК 378.172  
ББК 74.580.054  
Б 53

Ю.В. Бессарабова  
Е.А. Дегтерев

## ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ С ОСОБЫМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ И ПОТРЕБНОСТЯМИ

**Аннотация.** Работа посвящена изучению критериев формирования мотивации сохранения здоровья средствами физической культуры в процессе профессионального становления студентов с особыми образовательными возможностями и потребностями. На основе значительного фактического материала показано влияние мотивационных установок на дальнейшую физкультурно-оздоровительную деятельность студентов в процессе их обучения в вузе. Представлена модель обучения сохранения здоровья, ставшая основой в экспериментальном исследовании.

**Ключевые слова:** студенты с особыми образовательными возможностями и потребностями, мотивация, уровень мотивации, образовательная модель.

Yu.V. Bessarabova and E.A. Degterev

## FORMATION OF MOTIVATION OF HEALTH PRESERVATION IN STUDENTS WITH SPECIAL EDUCATIONAL POTENTIALITIES AND REQUIREMENTS

**Abstract.** The work is devoted to studying criteria for formation of motivation of health preservation by means of physical training during professional setting up of students with special educational potentialities and requirements. On the basis of a significant actual material the authors show the influence of motivational installations on the further health-improving activity of students during their studying in higher school. The model of teaching health preservation, which has become a basis in an experimental research, is given.

**Key words:** students with special educational potentialities and requirements, motivation, a level of motivation, educational model.

По многим причинам глобального характера в современных условиях фактор здоровья, здорового образа жизни становится приоритетным в человеке независимо от его профессии. Особенно важно сохранять здоровье для молодого поколения. Основная цель данной статьи - показать, как формируется мотивация сохранения здоровья студентов с отклонениями в физическом состоянии.

Деятельность студентов направлена на овладение познавательным и социальным опытом. Именно в вузе осуществляется подготовка к профессии высшего звена, что требует времени, трудовых и волевых усилий, физического и духовного здоровья. Процесс профессионального становления представляет собой последовательность взаимосвязанных действий, обеспечивающих выполнение профессиональных задач, безопасность труда и сохранения здоровья в соответствии с существующим законодательством РФ. В вузах, в том числе и в Кубанском государственном университете, обучаются студенты с разным уровнем здоровья. У студентов формируются специфические потребности, которые требуют определенных условий сохранения здоровья и четкой организации учебного процесса. Сохранение здоровья особых категорий студентов находится на первом плане и осуществляется за счет специально организованной системы занятий по дисциплине «Физическая культура» и осознания необходимости доступной двигательной активности обучающихся.

Реализация поставленных задач, в первую очередь, зависит от того, как относятся будущие специалисты к сохранению своего здоровья, от характера мотивов, побуждающих к его сохранению в процессе профессионального становления. Будущие специалисты,

имеющие отклонения в состоянии здоровья, не осознают, что сохранение здоровья — это условие саморазвития и самосовершенствования в профессиональном аспекте и его действенный механизм.

В результате научных исследований педагогов и психологов М.М. Борисова, М.Я. Виленского, А.А. Касаткина, Л.Г. Татариновой выявлено, что в процессе формирования мотивации сохранения здоровья важно опираться в духовном содержании каждого человека на то, от чего зависит его активность, поведение: побудительную сферу, мотивы и мотивацию.

В отечественной психологии проблема мотивации является одной из центральных. В работах Л.С. Выготского, А.А. Леонтьева, С.Л. Рубинштейна мотивы признаются важнейшими составляющими личности и её деятельности. Мотивация рассматривается как «глубоко личностное образование»[1]. В исследованиях проблем мотивации такие отечественные педагоги и психологи, как В.Г. Авсеев, А.Н. Леонтьев, А.Н. Матюшкин, выделяют ведущие принципы систематичности, структурности, единства сознания и деятельности, деятельности и личности, единства содержательной, смысловой и динамической сторон мотивации, признания лучшей ведущей роли сознания в регуляции человеческого поведения, а также социальной обусловленности потребностей личности, их зависимости от потребностей общества, определяющей роль последней.

В течение четырех лет на базе Кубанского государственного университета проводился эксперимент с целью выявления эффективности процесса обучения и сохранения здоровья студентов в процессе их профессионального становления. В нем принимали участие 435 человек.

В контрольную группу включили студентов специальной медицинской группы, организованной по результатам медицинского осмотра учащихся всех специальностей на первом году обучения для реализации программы по дисциплине «Физическая культура» (4).

В экспериментальную группу вошли студенты с особыми образовательными возможностями и потребностями (инвалиды и студенты, имеющие право на временное освобождение от тяжелых физических нагрузок), проходившие обучение по модифицированной программе сохранения здоровья. Так как сфера деятельности будущих специалистов связана с восприятием информации, пониманием, мышлением, принятием решений в определении уровня доступности двигательной деятельности, то для определения последнего были проведены тесты: тест на чувство времени, проба Штанге, проба Генче, ортостатическая проба.

Опытно-экспериментальная работа осуществлялась в три этапа. На констатирующем этапе была проведена диагностика уровня мотивации будущих специалистов. Как показатели сформированности мотивации в сохранении здоровья в процессе профессионального становления были взяты: потребность в познании доступной двигательной деятельности, потребность в движении как естественном факторе, потребность поисковой деятельности, потребность в анализе собственной деятельности. Диагностика мотивации осуществлялась на основе анкетного опроса. При диагностике мотивации была определена степень нравственности культуры здоровья и составила в экспериментальной группе 14,8% и в контрольной группе 13%. Обобщенные результаты определения исходного состояния уровней готовности показали отсутствие существенных различий между группами. На основе опытно-поисковой работы выявлено, что развитие профессионального становления будущих специалистов в процессе обучения средствами физической культуры протекает результативно в обеих группах. На констатирующем этапе обе группы демонстрировали низкие показатели опытно-экспериментальной работы, результаты которой предьявлены в таблице 1.

Таблица 1

**Выявление мнения студентов об интересующих средствах физической культуры до и после эксперимента**

<b>Гармоничность фигуры, телосложения</b>						
	<b>Интересует и получаю</b>		<b>Интересует, но не получаю</b>		<b>Информация не интересует</b>	
	До эксп.-та %	После эксп.-та %	До эксп.-та %	После эксп.-та %	До эксп. %	После эксп.-та %
ЭК.	33,8%	40%	46,8%	13,3%	12,6%	6,7%
Контр	41,1%	40%	41,1%	40%	17,8%	15%
<b>Уровень физической подготовленности</b>						
	<b>Интересует и получаю</b>		<b>Интересует, но не получаю</b>		<b>Информация не интересует</b>	
	До эксп.-та %	После эксп.-та %	До эксп.-та %	После эксп.-та %	До эксп.-та %	После эксп.-та %
ЭК.	26,7%	40%	48,5%	18,7%	19,7%	5%
Контр	43,5%	35%	50%	45%	6,2%	4%
<b>Уровень умственной работоспособности</b>						
	<b>Интересует и получаю</b>		<b>Интересует, но не получаю</b>		<b>Информация не интересует</b>	
	До эксп.-та %	После эксп.-та %	До эксп.-та %	После эксп.-та %	До эксп.-та %	После эксп.-та %
ЭК.	35,9%	40%	45,7%	20%	12,68%	10%
Контр	40%	35%	53,3%	50%	6,7%	5%
<b>О состоянии здоровья</b>						
	<b>Интересует и получаю</b>		<b>Интересует, но не получаю</b>		<b>Информация не интересует</b>	
	До эксп.-та %	После эксп.-та %	До эксп.-та %	После эксп.-та %	До эксп.-та %	После эксп.-та %
ЭК.	45,7%	76,5%	30,28	5,9%	7,04%	17,6%
Контр	35%	49%	57,90%	50%	5,3%	4%

Обобщая данные таблицы (1), можно сделать вывод о том, что мнение студентов о желаемых средствах физической культуры в контрольной группе возросло на 2,1%, в экспериментальной на 11,4%. Количество студентов, не интересующихся ничем, уменьшилось с 9 % до 7 % в контрольной группе и с 7 % до 4% в экспериментальной группе.

Для выявления степени овладения доступными методиками сохранения здоровья в процессе обучения средствами физической культуры сформулирован вопрос в анкете: «Смогли бы вы в настоящее время самостоятельно выполнить следующие задания?».

Таблица 2.

**Степень овладения умениями, навыками с целью обеспечения сохранения здоровья**

<b>Гармоничность фигуры, телосложения</b>						
	<b>Интересует и получаю</b>		<b>Интересует, но не получаю</b>		<b>Информация не интересует</b>	
	До эксп.-та %	После эксп.-та %	До эксп.-та %	После эксп.-та %	До эксп.-та %	После эксп.-та %
ЭК.	33,8%	40%	46,8%	13,3%	12,6%	6,7%
Контр	41,1%	40%	41,1%	40%	17,8%	15%
<b>Уровень физической подготовленности</b>						
	<b>Интересует и получаю</b>		<b>Интересует, но не получаю</b>		<b>Информация не интересует</b>	
	До эксп.-та %	После эксп.-та %	До эксп.-та %	После эксп.-та %	До эксп.-та %	После эксп.-та %
ЭК.	26,7%	40%	48,5%	18,7%	19,7%	5%
Контр	43,5%	35%	50%	45%	6,2%	4%
<b>Уровень умственной работоспособности</b>						
	<b>Интересует и получаю</b>		<b>Интересует, но не получаю</b>		<b>Информация не интересует</b>	
	До эксп.-та %	После эксп.-та %	До эксп.-та %	После эксп.-та %	До эксп.-та %	После эксп.-та %

ЭК.	35,9%	40%	45,7%	20%	12,68%	10%
Контр	40%	35%	53,3%	50%	6,7%	5%
<b>О состоянии здоровья</b>						
	<b>Интересует и получаю</b>		<b>Интересует, но не получаю</b>		<b>Информация не интересует</b>	
	До эксп.-та %	После эксп.-та %	До эксп.-та %	После эксп.-та %	До эксп.-та %	После эксп.-та %
ЭК.	45,7%	76,5%	30,28	5,9%	7,04%	17,6%
Контр	35%	49%	57,90%	50%	5,3%	4%

В начале эксперимента от 41 % до 83, 1% студентов в контрольной группе и с 41, 5% до 54% в экспериментальной группе ответили, что смогут. При обработке полученных данных применяли различные методы, в частности, метод подсчета индексов.

В результате исследования обнаружено, что определенное количество студентов с особыми образовательными возможностями и потребностями не хочет заниматься физическими упражнениями самостоятельно. Они указали причины, препятствующие сосредоточению на сохранении здоровья и развитию знаний о своих функциональных и психологических возможностях. Результаты исследований представлены в таблице 3. Для выявления особенностей образовательного процесса по формированию мотивации в сохранении здоровья средствами физической культуры было проведено анкетирование по изучению причин, препятствующих занятиям физическими упражнениями.

Таблица 3.

**Причины, препятствующие занятиям физическими упражнениями**

Вопросы анкеты	Группы испытуемых							
	Контрольная,				Экспериментальная,			
	до	ранг	после	ранг	до	ранг	После	ранг
Отсутствие свободного времени	40	6	43,5	6	65,49	6	55,6	6
Не хватает знаний для организации самостоятельных занятий	1	1	1	1	7,75	2	5,05	3
Отсутствие спортивного инвентаря и формы	13	3	10	3	6,34	1	5,05	1
Нет секции по любимому виду спорта	13	3	10	3	16,9	5	-	1
Не знаю, не думал	21,7	4	19	5	15,49	5	33,3	5

Итак, преобладающей причиной, мешающей уделять должное внимание сохранению здоровья, является отсутствие свободного времени, на которое указали 55,6% экспериментальной группы и 40 % контрольных групп, что носит субъективный характер, а также отсутствие условий для занятий: спортивного инвентаря. Одной из следующих причин является нехватка знаний для организации самостоятельных занятий. В контрольной группе этот показатель составляет 10 %, а в экспериментальной группе 5,05%, что доказывает необходимость в получении большего объема знаний и умений.

Для выявления мнения студентов о предмете « Физическая культура» был проведен анкетный опрос, его результаты представлены в таблице 4.

Таблица 4.

**Оценка студентов мнения предмета « Физическая культура»**

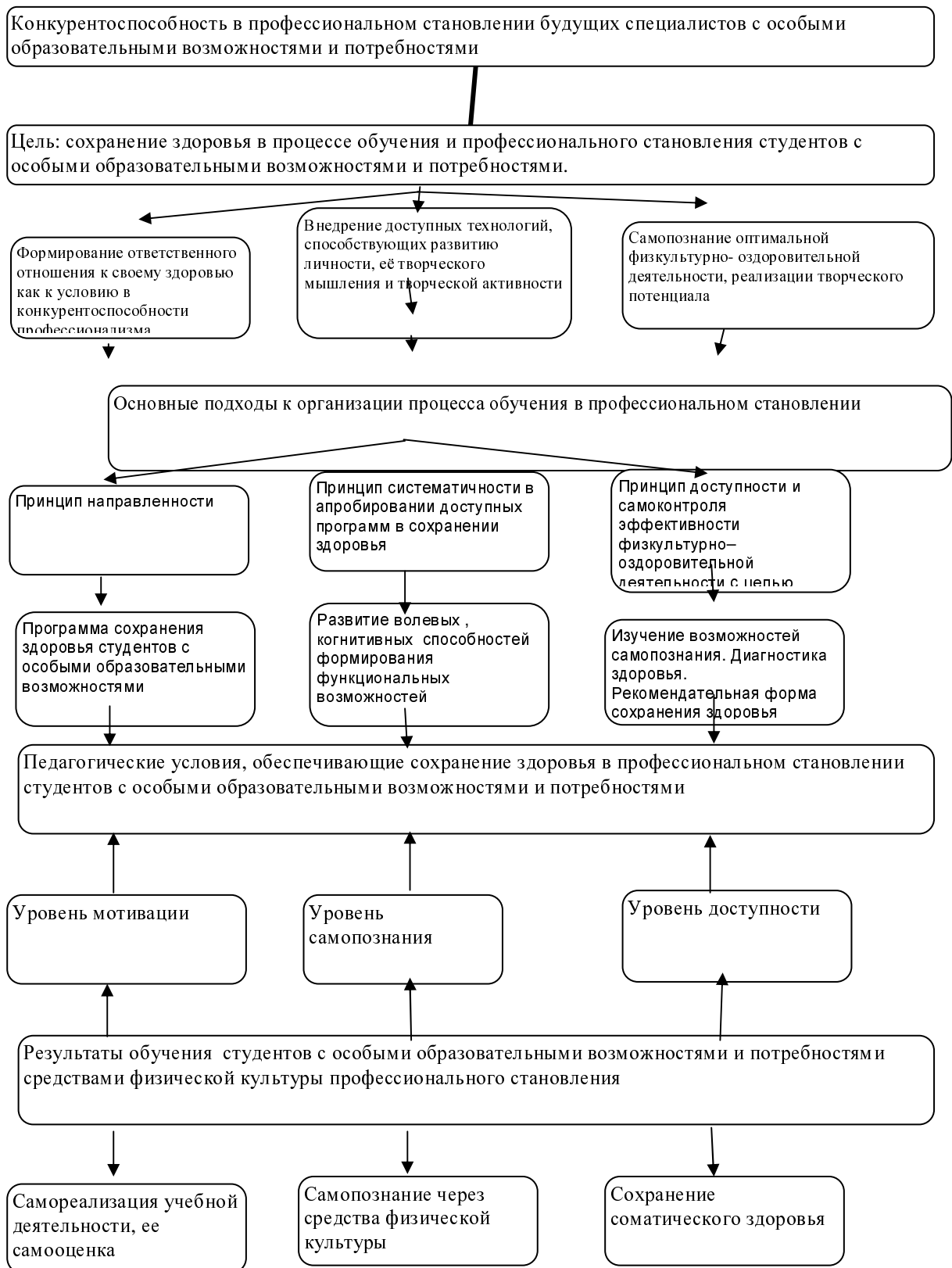
Варианты ответов	Группы испытуемых			
	контрольная		экспериментальная	
	%	ранг	%	ранг
Улучшения качества занятий	15	3	40	2

Обновление спортивной базы	20	4	53,3	3
Возможность выбора технических элементов по видам спорта	65	2	6,7	4
Реклама занятий по физкультуре.	0	1	0	1

Анализируя данные таблицы 4, можно заключить, что большинство студентов как контрольной, так и экспериментальной групп, считают, что необходимо разнообразить спортивный инвентарь и создать условия для занятий, а также предоставить возможность выбора занятий интересующими и доступными видами спорта. Необходимо отметить, что использование новых информационных технологий в процессе обучения на этапе диагностики эффективно сказывается на выполнении познавательных задач обучения.

Нами была разработана модель обучения студентов с особыми образовательными возможностями и потребностями, которая стала основой в экспериментальной работе. В ней нашли отражение основные идеи концепции профессионального становления в образовании и педагогические условия сохранения здоровья. Основной целью разработанной модели обучения студентов с особыми образовательными возможностями и потребностями является сохранение здоровья в процессе обучения и профессионального становления в вузе. Выполнение педагогических условий определения уровня мотивации, уровня самопознания и уровня доступности позволяет эффективно использовать средства физической культуры в процессе обучения и профессионального становления студентов с проблемами здоровья.

## Модель обучения студентов с особыми образовательными возможностями и потребностями



Основные подходы были определены на основе педагогических принципов: принципа направленности с использованием разработок программного материала как инструмента; принципа систематичности в освоении программного материала сохранения здоровья в развитии волевых, когнитивных способностей; принципа доступности и самоконтроля

физкультурно-оздоровительной деятельности с изучением своих возможностей. Все это способствует наиболее оптимальному использованию процесса обучения в профессиональном становлении, результатом которого может стать отражение в самореализации учебной деятельности, ее оценка, познание себя через средства физической культуры, сохранение соматического здоровья. Данная модель помогает целостно и наглядно представить весь процесс рассматриваемого педагогического действия – формирования основ здоровья и профессионального становления личности средствами физической культуры. Благодаря представленной модели выявляются наименее изученные особенности процесса обучения. Процесс моделирования, создания идеального педагогического объекта вносит необходимые конкретизирующие коррективы в достижение предполагаемых результатов: целевых и содержательных доступных компонентов деятельности студента в процессе его профессионального становления. Данная модель может быть использована для студентов с особыми образовательными возможностями и потребностями в любом вузе по дисциплине «Физическая культура».

Таким образом, формирование мотивации в сохранении здоровья студентов с особыми образовательными возможностями и потребностями средствами физической культуры включает в себя изучение интересов, умений и способностей обучающихся. Проведенные исследования позволяют сделать вывод о том, что студенты с особыми образовательными возможностями и потребностями еще более заинтересованы в полноценной студенческой жизни, чем студенты без отклонений в состоянии здоровья.

#### **Примечания:**

1. Божович Л.И. Проблемы и ее формирование сферы ребенка // Изучение мотивации поведения детей и подростков. М., 1972. С. 7-44.
2. Коц Я.М. Физиология мышечной деятельности. М., 1982. 93 с.
3. Макарова Г.А. Практическое руководство для спортивных врачей. Ростов н/Д, 2002. 800 с.
4. Медико-социальные критерии профориентации инвалидов: закл. отчет Санкт-Петерб. НИИЭТИН. СПб., 1996.
5. Специальная педагогика: учеб. пособие / Л.И. Аксенова, Б.А. Архипов, Л.И. Белякова и др. М., 2001. 400 с.

#### **References:**

1. Bozhovich L.I. Problems of formation of the child sphere // Studying motivation of behaviour of children and teenagers. - M., 1972. P. 7-44.
2. Kots Ya.M. Physiology of muscular activity. M., 1982. 93 pp.
3. Makarova G.A. Practical guidance for sports doctors. Rostov-on-Don, 2002. 800 pp.
4. Medical-social criteria for vocational guidance of invalids: The final report of SPb NIETIN. - SPb., 1996.
5. Special pedagogy: Manual for students of higher pedagogical institutions. / L.I.Aksenova, B.A.Arkipov, L.I.Belyakova etc.M. 2001.400 pp.