

Шумахова Инна Дмитриевна

старший преподаватель

Шершневa Татьяна Александровна

старший преподаватель

ФГБОУ ВО «Хабаровский государственный

университет экономики и права»

г. Хабаровск, Хабаровский край

ВЛИЯНИЕ МОТИВАЦИОННЫХ УСТАНОВОК СТУДЕНТОВ НА РЕЗУЛЬТАТЫ КОНТРОЛЬНЫХ ТЕСТОВ ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

***Аннотация:** в данной статье представлен анализ физической подготовленности студентов вуза. Авторами рассматривается связь мотивационных установок студентов при сдаче контрольных тестов по физической культуре с конечными результатами тестирования.*

***Ключевые слова:** физическая культура, студенты, мотивация, тестирование, стрессоустойчивость.*

Анализ литературных источников показывает, что снижение мотивационно-ценностного отношения к занятиям по предмету «Физическая культура» в вузе носит устойчивый характер. Анкетирования, проведенные в различных образовательных организациях высшего образования показали, что основным мотивом посещения занятий у большинства студентов основной и специальных медицинских групп является получение зачета [1, 3–6].

Следствием формального отношения к предмету и общим ухудшением состояния здоровья является устойчивое снижение результатов физической подготовленности студентов [2]. Результаты многолетнего тестирования студентов Хабаровского государственного университета экономики и права (далее – ХГУЭП) подтверждают эту тенденцию. Для оценки физической подготовленности студентов основной медицинской группы использовались тесты, рекомендованные в примерной программе дисциплины «Физическая культура», результаты оценивались по пятибалльной шкале (табл. 1, 2).

Таблица 1

Результаты оценки основных физических качеств студентов (юноши)

Год (весна)	Курс	Бег 100 м (сек) / Средний балл	Бег 3000м (мин., сек) / Средний балл	Прыжки в длину с места (см) / Средний балл	Подтягивание на перекладине (раз) / Средний балл	Средняя оценка (в баллах)
2010	1 курс	13.6 / 4	13.43 / 2	243 / 4	10,7 / 3	3,25
	2 курс	13.8 / 4	13.55 / 1	243,4 / 4	10,9 / 3	2,75
	3 курс	13,9 / 3	13.44 / 2	244,3 / 4	11,35 / 3	3
2011	1 курс	14.0 / 3	13.30 / 2	243 / 4	12,3 / 4	3,25
	2 курс	13.9 / 3	13.55 / 1	249,5 / 4	12,9 / 4	3
	3 курс	13,8 / 3	13.40 / 2	250,4 / 5	10,2 / 3	3, 25
2012	1 курс	13.8 / 3	13.35 / 2	248,5 / 4	11,6 / 3	3
	2 курс	13.7 / 3	13.41 / 2	245 / 4	11,9 / 4	3,25
	3 курс	13.8 / 3	14.11 / 1	240 / 4	11,7 / 3	2,75
2013	1 курс	13.95 / 3	13.50 / 2	240,4 / 4	11,5 / 3	3
	2 курс	13.7 / 3	14.00 / 1	246,5 / 4	11,7 / 3	2,75
	3 курс	13.7 / 3	13.59 / 1	244,4 / 4	11,9 / 3	2,75
2014	1 курс	13.7 / 3	13.56 / 1	236,7 / 3	10,7 / 3	2,5
	2 курс	13.9 / 3	14.06 / 1	236,6 / 3	12,5 / 4	2,75
	3 курс	13.6 / 4	14. 13 / 1	239 / 3	11,05 / 3	2,75

Таблица 2

Результаты оценки основных физических качеств студентов (девушки)

Год	Курс	Бег 100м (сек) / Средний балл	Бег 2000м (мин., сек) / Средний балл	Прыжки в длину с ме- ста (см) / Средний балл	Поднимание и опускание туло- вища из положения лежа (кол-во раз) / Средний балл	Средняя оценка (в баллах)
2010	1 курс	16.9 / 3	10.54 / 3	191 / 5	53 / 4	3,75
	2 курс	17.8 / 2	11.52 / 1	183,8 / 4	60 / 5	3
	3 курс	17,5 / 2	11.24 / 2	180 / 4	52,8 / 4	3
2011	1 курс	17.1 / 2	10.57 / 3	188,4 / 4	51 / 4	3,25
	2 курс	17.3 / 2	11.13 / 2	186,9 / 4	55,5 / 4	3
	3 курс	17.5 / 2	11.18 / 2	186,1 / 4	54,6 / 4	3
2012	1 курс	17.1 / 2	10.55 / 3	188,5 / 4	55,2 / 4	3,25
	2 курс	16.8 / 3	10.56 / 3	190,2 / 5	56,5 / 4	3,75
	3 курс	17.3 / 2	11.19 / 2	186 / 4	57 / 4	3
2013	1 курс	17.5 / 2	11.21 / 2	181,9 / 4	54,7 / 4	3
	2 курс	17.1 / 2	10.34 / 4	185,9 / 4	57,6 / 4	3,5
	3 курс	17.3 / 2	11.00 / 3	184,9 / 4	54,4 / 4	3,25
2014	1 курс	17.2 / 2	11.14 / 3	180 / 4	51,6 / 4	3,25
	2 курс	17.4 / 2	11.36 / 2	180,3 / 4	54,1 / 4	3
	3 курс	17.2 / 2	11.28 / 2	183 / 4	53,4 / 4	3

Анализируя данные таблиц можно сделать вывод о том, что на протяжении пяти лет физическая подготовленность юношей оказалась ниже оценки «3», наиболее низкие показатели были зафиксированы при сдаче теста на общую выносливость. Средняя оценка девушек оказалась чуть выше (3,2 балла), неудовлетворительные оценки были получены при сдаче тестов в беге на 100 и 2000 м.

Показано, что достижение максимального результата в упражнениях и пробах, характеризующихся необходимостью длительно претерпевать максимальные физические нагрузки, проявлять волевые усилия, невозможно без наличия у испытуемого должных мотивационных установок. Поэтому, нами было принято решение проверить уровень мотивации студентов при сдаче тестов, входящих в практический раздел программы по физической культуре.

В анкетировании приняли участие 159 человек, 117 девушек и 42 юноши основной медицинской группы, обучающиеся на 2 и 3 курсах ХГУЭП. К моменту проведения опроса студенты второго курса имели опыт сдачи тестов по физической культуре в течение трех, студенты третьего курса – в течение пяти семестров.

Ответы студентов выявили связь между результатами тестирования физической подготовленности и мотивационными установками. Так, выяснилось, что лишь 21,4% юношей и 18,8% девушек стараются показать максимальные результаты в тестах на общую выносливость; 24,8% девушек – в тесте на скоростно-силовую подготовленность (бег 100 м). Высокий уровень мотивации и, как следствие, более высокие результаты были отмечены при выполнении тестов на взрывную силу (прыжок в длину с места) и силовую выносливость мышц (подтягивание на перекладине у юношей, поднимание и опускание туловища из положения лежа у девушек).

При ответе на вопрос «Если бы зачет по физической культуре был дифференцированным и оценивался в баллах, Вы бы показывали на тестировании более высокие результаты?» положительно ответили 42% девушек второго и 50% девушек третьего курса. У юношей этот показатель увеличился с 45% до 90,9%.

Вместе с тем, студенты (70,1% девушек и 85,7% юношей) отметили ценность тестирования как показателя общего уровня физического здоровья и как возможность акцентирования внимания на проблемах развития своих физических качеств.

В то же время, анкетирование позволило выявить низкую стрессоустойчивость у части студентов экономических направлений подготовки. Так, около 30% юношей и девушек признались, что хотели бы избежать тестирования по физической культуре из-за возникающих при сдаче нормативов состояний стресса. Причем менее 1% опрошенных связывают возникновение стресса с боязнью насмешек со стороны однокурсников, остальные объясняют возникновение стресса самой необходимостью сдачи тестов.

Таким образом, проведенное исследование выявило положительное отношение студентов ХГУЭП к тестированию по физической культуре. Выявлен высокий уровень мотивационных установок при выполнении тестов на взрывную силу и силовую выносливость, что нашло свое отражение и в более высоких результатах итоговых результатов. Низкий уровень мотивации был характерен для девушек при сдаче контрольных тестов в беге на 100 метров, у юношей и девушек – при выполнении тестов на общую выносливость. Был подтвержден недостаточный уровень сформированности стрессоустойчивости студентов-экономистов. В целом, следует признать, что существующие требования к получению зачета – регулярное посещение занятий и выполнение нормативов на средний балл не менее «3» не мотивируют студентов на демонстрацию максимальных результатов при сдаче контрольных тестов по предмету «Физическая культура».

Список литературы

1. Бородулина О.В. Уровень и характер мотивации студенток специальных медицинских групп к занятиям по физической культуре в вузе // Научный поиск. – 2014. – №3. – С.45–48.
2. Васенков Н.В. Динамика состояния физического здоровья и физической подготовленности студентов // Теория и практика физической культуры. – 2008. – №5. – С.91–92.

3. Иванов В.Д. Отношение студентов к занятиям по дисциплине «Физическая культура» в вузе: Сборники конференций НИЦ Социосфера / В.Д. Иванов, М.В. Козырин. – 2012. – №41. – С.161–163.

4. Лыженкова Р.С. Популярность занятий по физической культуре на современном этапе в вузе / Р.С. Лыженкова // Ступень в педагогическую науку: Мат. I Межд. форума работников образования, Таганрог, 30 ноября 2013 г. – Перо, 2013. – С. 135–140.

5. Отношение студентов к занятиям физической культурой и спортом в образовательном пространстве современного вуза / А.Н. Усатов [и др.] // Экономические и гуманитарные исследования регионов. – 2014. – №3. – С.48–52.

6. Яворский В.М. Мотивация студентов педагогического вуза к занятиям физической культурой и спортом / В.М. Яворский // Теоретические и практические проблемы физической культуры и спорта: Сб. материалов Всерос. науч.-практ. конф., Благовещенск, 31 октября 2013 г. – Изд-во БГПУ, 2013. – С.172–179.