

РІВЕНЬ ФІЗИЧНОГО СТАНУ ЯК ЧИННИК МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТОК СПЕЦІАЛЬНИХ МЕДИЧНИХ ГРУП УНІВЕРСИТЕТУ ДО ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

У статті подані результати дослідження студентів спеціальних медичних груп. Встановлена закономірність залежності рівня фізичної підготовленості від стану здоров'я та нозологій захворювань. Визначенні особливості фізичного стану та мотивація до рухової активності студентів свідчать, що переважна більшість студентів мають низькі показники рівня здоров'я та фізичної підготовленості.

Ключові слова: вищий навчальний заклад; спеціальна медична група; фізичний стан; нозології захворювань; мотиваційний чинник.

Постановка проблеми. За останні роки відсоток здорових студентів знизився у 2,5 рази на перших курсах та більш, ніж у 4 рази на останніх курсах у вищому навчальному закладі (Т.М. Максимова, 2002; О.А. Руденко, 2003; В.Н. Чернишов, 2007 та ін.), що позначається на їх руховій активності, працездатності, успішності, фізичному розвитку та фізичній підготовленості (Г.Л. Апанасенко, 2004; Н.І. Турчина, 2010, І.І. Вржесневський, 2010). Науковці свідчать, що майже 90 % дітей, учнів і студентів мають відхилення у стані здоров'я, понад 50% – незадовільну фізичну підготовку [8].

Така тенденція не може не турбувати та вимагає особливої уваги, щодо організації фізичного виховання студентів спеціальної медичної групи.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проведений аналіз спеціальної літератури дозволив виявити коло науковців, які більшого значення надають дослідженню засобів та методів фізичного вдосконалення організму і дозуванню фізичних навантажень (В.В. Макареня, О.В. Зеленюк, 1992; В.П. Мурза, 2005) та висвітлюють питання зміцнення здоров'я і підвищення фізичної підготовленості студентів спеціальних медичних груп (А.В. Магльований, В.І. Завацький, 1998; Т.Ю. Круцевич, 2003; Т.В. Бойчук, 2007 та ін.).

Та головною проблемою навчального процесу у вищому навчальному закладі залишається проблема індивідуалізації фізичного виховання студентів, які мають відхилення в стані здоров'я (Л.П. Долженко, 2007; І.І. Вржесневський, 2010; Ж.В. Малахова, 2013).

Велика увага приділяється проблемі підвищення ефективності процесу фізичного виховання студентів через визначення їх основних мотивів і потреб до занять фізичними вправами. Ряд авторів [2,4,8] стверджують, що мотиваційна сфера піддається формуванню у процесі соціального, психологічного, інтелектуального та рухового виховання.

Мета дослідження – визначити рівень фізичного стану студенток спеціальної медичної групи Національному університету водного господарства та природокористування (НУВГП).

Завдання дослідження:

1. Провести моніторинг стану здоров'я та нозологій захворювань студентів спеціальної медичної групи у НУВГП у 2012–2013 навчальному році.

2. Визначити рівень фізичної підготовленості студенток.

3. Встановити закономірності залежності рівня фізичної підготовленості від стану здоров'я та нозологій захворювань.

4. Обґрунтувати кількісні та якісні оцінки рівня фізичної підготовленості для формування мотивації студенток до підвищення рухової активності.

Методи та організація дослідження: теоретичний аналіз, анкетування, тестування, математичні методи статистичної обробки отриманих даних.

Результати дослідження. Активність студентів пов'язана з появою тих або інших мотивів діяльності. У результаті лонгітюдних досліджень були визначені мотиваційні аспекти, яким надають перевагу студентки технічного університету при характеристиці свого ставлення до рухової активності [7]. Нами проведено анкетування студенток спеціальної медичної групи за такими мотивами, які характеризують їх ставлення до фізичного виховання: мотиви фізичного самовдосконалення, ролі фізичної культури в їх житті. Виявлена проблематика даної сфери. Встановлено, що основним мотивом до занять фізичними вправами у студенток спеціальних медичних груп НУВГП є підтримання здоров'я на належному рівні, який обрало 46,8% опитаних [7]. Лише 10,3 % студенток спеціальної медичної групи відвідують заняття з метою

розвитку фізичних якостей, рухових вмінь і навичок, такий же відсоток опитаних вважають це практично непотрібним.

Для вирішення, у ході дослідження, поставлених завдань нами було проаналізовано 150 медичних карток студентів I–III курсів Національного університету водного господарства та природокористування (69 карток студентів I курсу, 41 картка студентів II курсу, 40 карток студентів III курсу), які за станом здоров'я віднесені до спеціальної медичної групи. Такий аналіз дозволив визначити кількість перенесених студентками респіраторно-вірусних інфекцій протягом навчального року. Показник таких захворювань становить 43 %. Причому, студентки які мають хронічні захворювання окрім респіраторно-вірусні інфекції перенесли загострення хронічних захворювань.

Також проведено анкетування тієї ж категорії студентів (n=150) за методикою В.П. Войтенко для визначення самооцінки рівня здоров'я респондентів (табл.1).

Таблиця 1

**Самооцінка рівня здоров'я студентів спеціальної медичної групи
за методикою В.П. Войтенка**

Стан здоров'я	I курс, (n=69)	II курс, (n=41)	III курс, (n=40)
Ідеальний	-	-	-
Добрий	4,4%	4,9%	2,5%
Посередній	58,0%	36,6%	42,5%
Задовільний	36,2%	58,5%	55,0%
Незадовільний	1,4%	-	-

Дані анкетування (табл. 1) показали, що жодна із студенток не вважає своє здоров'я ідеальним. Добрий рівень індивідуального здоров'я опитаних у відсотковому співвідношенні також не втішає та спостерігається поступове його зниження від першого (4,4%) до третього (2,5%) курсів. 58,0% респондентів першого курсу вважають свій рівень здоров'я посереднім, на другому (36,6%) та третьому (42,5%) курсах відсоток таких студентів менший, але, на жаль, значно більше тих хто оцінює своє здоров'я як задовільне. 1,4% студенток першого курсу визначили свій стан здоров'я незадовільним. Отримані дані дозволяють спостерігати чітку тенденцію зниження рівня індивідуального здоров'я студенток під час навчання у вищому навчальному закладі, що підтверджуються дослідженнями Т.М. Максимова, О.А. Руденко, В.Н. Чернишова, та перебиваються з даними О.Т. Кузнецової, О.С. Куца, які стверджують, що високий рівень захворюваності відмічається у студентів третього курсу, що пов'язано зі збільшенням інтелектуальної діяльності та зниженням фізичної активності.

Порівнявши медичні картки та анкетні дані (за методикою В.П. Войтенко) студенток спеціальної медичної групи можемо стверджувати про зв'язок між частою захворюваністю респіраторно-вірусними інфекціями респондентів та низькою самооцінкою їх здоров'я.

Крім того, опрацьовано 817 медичних карток студентів I-IV курсів, що зараховані до спеціальної медичної групи, для визначення основних захворювань та подана порівняльна характеристика нозологій студентів (табл. 2). Нозологічний розподіл свідчить, що у 2012/13 н. р. 48% студентів спеціальних медичних груп мають відхилення в роботі серцево-судинної системи, 19,2% – проблеми з опорно-руховим апаратом, 8,1% мають вади зору, 7,6% – захворювання сечостатевої системи, 7,0% – порушення у роботі кишково-шлункового тракту, 3,7% – відхилення у роботі дихальної системи, 2,2% – ендокринної системи, 0,9% – нервової системи та 3,3% мають інші захворювання.

У результаті аналізу таблиці 2 виявлено, що кількість студентів, віднесених до спеціальної медичної групи з кожним роком зростає від 18,4% на першому курсі до 31,8 % на четвертому курсі.

Тривожні тенденції збільшення контингенту у спеціальних медичних групах свідчать не лише про проблематичність їх подальшого фізичного розвитку, а й на можливі перспективи зростання кількості молодих спеціалістів із зниженою працездатністю і ранньою їх інвалідністю [6].

Показник фізичної підготовленості є досить інформативним при визначенні фізичної активності та рівня здоров'я підростаючого покоління [3]. Саме тому нами були використані рухові тести з метою оцінки фізичної підготовленості студенток з урахуванням індивідуальних фізичних можливостей (з використанням тих контрольних вправ, які не протипоказані при певних захворюваннях). Студенткам (n=150) були запропоновані такі випробування: тест Купера (кількість метрів), згинання і розгинання рук в упорі від підлоги (кількість разів), піднімання тулуба з положення лежачи на спині, руки за головою, ноги не фіксуються (кількість разів), нахил тулуба вперед з положення сидячи (сантиметри), присідання на одній нозі з опорою на руку (кількість разів).

Таблиця 2

**Порівняльна характеристика нозологій студентів спеціальних медичних груп
НУВГП у 2012-2013 навчальному році**

№ з/п	Види захворювань	I курс		II курс		III курс		IV курс		всього			
		чол.	жін.	чол.	жін.	чол.	жін.	чол.	жін.	чол.	жін.	разом	%
1	Серцево-судинна система	18	60	28	67	21	92	20	86	87	305	392	48,0
2	Дихальна система	3	3	2	-	3	8	4	7	12	18	30	3,7
3	Кишково-шлунковий тракт	1	2	4	8	9	13	4	16	18	39	57	7,0
4	Органи зору	3	15	6	5	4	12	7	14	20	46	66	8,1
5	Сечостатева система	-	5	3	15	3	15	3	18	9	53	62	7,6
6	Нервова система	2	-	1	1	-	1	-	3	3	5	8	0,9
7	Ендокринна система	2	2	-	3	-	2	-	9	2	16	18	2,2
8	Опорно-руховий апарат	14	20	8	14	10	29	13	49	45	112	157	19,2
9	Шкіра	-	-	1	-	-	-	1	2	2	2	4	0,5
10	Органи слуху	-	-	-	-	-	-	1	-	1	-	1	0,1
11	Вагітність	-	-	-	9	-	10	-	3	-	22	22	2,7
Всього		43	107	53	122	50	182	53	207	199	618	817	100
		150		175		232		260		817			
%		18,4%		21,4%		28,4%		31,8%		100%			

Дані тестування фізичної підготовленості студентів надані у табл. 3.

Таблиця 3

Порівняльна характеристика фізичної підготовленості студенток I-III курсів

Види випробувань	Значення показників		
	I курс n=69	II курс n=41	III курс n=40
	$x \pm \sigma$	$x \pm \sigma$	$x \pm \sigma$
Тест Купера, м	965,1±80,2	990,1±89,9	1010,2±83,3
Згинання і розгинання рук в упорі від підлоги, кількість разів	10,4±0,8	11,6±1,2	11,1±1,6
Піднімання тулуба з положення лежачи на спині, кількість разів	17,6±2,6	21,8±2,1	20,1±1,6
Нахил тулуба вперед з положення сидячи, см	14,2±1,1	14,9±1,1	14,5±1,3
Присідання на одній нозі з опорою на руку, кількість разів	4,6±0,8	5,1±0,9	4,7±0,9

Загальна оцінка рівня фізичної підготовленості (табл. 4) студенток спеціальної медичної групи за результатами п'яти тестів показала, що високий рівень фізичної підготовленості не спостерігається у жодної студентки. До 40% протестованих мають середній рівень, до 41,5% – нижче середнього, до 28,5% – низький. Проаналізувавши отримані дані ми прийшли до висновку, що кращими руховими якостями і фізичною підготовленістю володіють студентки з добрим рівнем індивідуального здоров'я.

Найгірші результати фізичної підготовленості спостерігаються у студенток із незадовільним рівнем самооцінки здоров'я. Визначення особливостей фізичного стану та мотивації до рухової активності студенток спеціальної медичної групи вищого навчального закладу свідчить, що переважна більшість опитаних мала низькі показники рівня здоров'я та фізичної підготовленості студентів.

Таблиця 4

Загальна якісна оцінка фізичної підготовленості студенток I-III курсів

Рівень фізичної	Курс (%)
-----------------	----------

підготовленості	I	II	III
Високий	-	-	-
Вище середнього	4,6	8,7	11,0
Середній	25,8	40,4	33,5
Нижче середнього	41,5	27,9	27,0
Низький	28,1	22,9	28,5

Висновки. 1. Аналіз результатів дослідження стану здоров'я студенток спеціальної медичної групи показав наявність суб'єктивних скарг та об'єктивно підтверджених змін в одній або кількох системах і органах досліджуваних. Спостерігається чітка тенденція до зниження рівня індивідуального здоров'я студенток під час навчання у вищому навчальному закладі та визначається зв'язок між частою захворюваністю респіраторно-вірусними інфекціями респондентів та низькою їх самооцінкою здоров'я.

2. Рівень фізичної підготовленості студенток спеціальної медичної групи НУВГП є незадовільним. Отримані результати показують, що близько 40% студенток мають нижче середнього рівень фізичної підготовленості, а низький рівень спостерігається у третій частині досліджуваних. Середнім рівнем фізичної підготовленості володіють студентки з посереднім рівнем індивідуального здоров'я.

Причинами низького рівня здоров'я та фізичної підготовленості поряд зі спадковістю, умовами і способом життя є низька мотивація та відсутність індивідуального підходу до студентів.

Використані джерела

1. Долженко Л.П. Фізична підготовленість і функціональні особливості студентів із різним рівнем фізичного здоров'я: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. : спец. 24.00.02 "Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення" / Л.П. Долженко. – Київ, 2007 – 22 с.
2. Іванова Г.Є. Роль фізичної культури в формуванні здорового способу життя студентів технічного вузу / Г.Є. Іванова // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2003. – № 10. – С. 29–34.
3. Круцевич Т.Ю. Методы исследования индивидуального здоровья детей и подростков в процессе физического воспитания / Т.Ю. Круцевич. – Киев: Олімпійська література, 1999. – 230с.
4. Кузнєцова О. Т. Оздоровче тренування студентів : навч. посіб. / О.Т. Кузнєцова. – К. : Вид-во Європейського ун-ту, 2010. – 310 с. – С. 37–42.
5. Малахова Ж.В. Здоров'яформуючі технології в процесі фізичного виховання студентів спеціальних медичних груп: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. : спец. 24.00.02 "Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення" / Ж.В. Малахова. – Київ, 2013 – 24 с.
6. Мурза В.П. Психолого-фізична реабілітація : підручн. / В.П. Мурза. – К. : Олан, 2005. – 608 с.
7. Петрук Л.А. Визначення основних мотивів студенток спеціальної медичної групи до занять фізичними вправами з метою формування здорового способу життя / Л.А. Петрук // Слобожанський науково-спортивний вісник. Серія: Управлінські, психолого-педагогічні, соціологічні та філософські аспекти фізичного виховання і спорту : Матер. XII Міжн. наук.-практ. конф. "Фізична культура, спорт та здоров'я". Харків, 2012. – Випуск № 5 (2). – С. 135–139.
8. Присяжнюк С.І. Фізичне виховання : навч. посіб. / С.І. Присяжнюк. – К. : Центр учбової літератури, 2008. – С. 20–29.
9. Путров С. Ю. Мотиви до занять фізичним вихованням студентів технічного університету / С.Ю. Путров, Л.П. Сущенко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2006. – №4. – С. 151–153.

Petruk L.A., Kuznetsova O.T.

LEVEL OF PHYSICAL CONDITION AS A FACTOR OF MOTIVATION OF FEMALE STUDENTS OF SPECIAL MEDICAL GROUPS IN UNIVERSITY TO ATHLETIC-HEALTH ACTIVITY

The results of research of female students of special medical groups are given in the article. Regularity of depending on the level of physical preparedness to health and disease nosologies is defined. The established features of the physical condition and students' motivation for physical activity indicate that the vast majority of students have low levels of health and physical preparedness.

Key words: *higher educational establishment; special medical group; physical condition; disease nosologies; motivational factor.*

Стаття надійшла до редакції 20.09.2013 р.

