
ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ, ФІТНЕС І РЕКРЕАЦІЯ. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ. ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНОЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ З ВАДАМИ СЛУХУ

Олена Андрєєва, Анна Оріховська

Аннотация. Проанализированы особенности мотивов, приоритетные и смысложизненные ценностные ориентации студенческой молодежи с нарушениями слуха и возможное влияние занятий рекреационно-оздоровительной деятельностью на иерархию потребностей и ценностных ориентаций личности. Выявлены особенности мотивации ценностных ориентаций, которые позволяют структурировать ориентированную парадигму с учетом определенных потребностей, мотивов молодых людей с нарушениями слуха к занятиям рекреационно-оздоровительной деятельностью.

Ключевые слова: рекреационно-оздоровительная деятельность, студенческая молодежь с нарушениями слуха, ценностные ориентации, личность, потребности, мотивы, мотивация.

Abstract. The features of the motives, priority and the meaning of life-purpose value orientations of students with hearing impairments and the possible impact of recreational and health-related activities on the hierarchy of needs and value orientations of the personality have been investigated. Peculiarities of motivation, value orientations that allow to structure oriented paradigm with account for the specific needs and motives of young people with hearing disabilities to employment of recreation and recreational activities have been identified.

Keywords: recreation and health-related activity, students with hearing impairments, value orientation, personality, needs, motives, motivation.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. В сучасних умовах актуальним є пошук нових підходів підвищення якості психофізичного, соціального та морального розвитку студентської молоді з особливими потребами. Рекреаційно-оздоровча діяльність визнана важливим фактором суспільної життєдіяльності, оскільки сприяє вдосконаленню психофізичної підготовки студентів з обмеженими можливостями до активного життя і професійної діяльності, покращує розвиток інтелектуально-творчого потенціалу, орієнтована на ефективне використання збережених аналізаторів і функцій з компенсаторно-корекційним навантаженням, розширює світогляд, сприяє гармонійному розвитку духовних і фізичних рис особистості, нормалізує психологічну рівновагу та зумовлює рівень опанування студентською молоддю знаннями, уміннями і навичками на відповідну їх освіченість та інтеграцію у суспільство [1, 4, 8, 9].

Відповідний підхід до рекреаційно-оздоровчої діяльності є позитивною мотивацією до розвитку естетичних і моральних якостей [4, 8, 12]. Урахування специфіки студентського контингенту з ва-

дами слуху, що визначається характером основної діяльності, рівнем матеріальної забезпеченості й віковими параметрами, дозволяє більш цілеспрямовано залучити студентів з особливими потребами до рекреаційно-оздоровчої діяльності. Сьогодні такі особи страждають від негативних наслідків науково-технічного прогресу, нерациональної організації навчально-виховного процесу; скорочення рухової активності; відносної свободи студентського життя; проблем у соціальному та міжособистісному спілкуванні. Вони схильні до пропусків занять, мають порівняно високий рівень особистісної тривожності, вразливості, низький рівень організованості, переважно інтернальний локус контролю, занижену самооцінку, комунікативну та гедоністичну спрямованість. Мотивація до рекреаційно-оздоровчої діяльності у них переважно внутрішня, що ускладнює зовнішнє мотивування і у подальшому призводить до гіподинамії, збільшення нервово-психічної втоми, певної замкнутості та соціальної дезадаптації [5; 6; 9].

Аналіз останніх досліджень [1, 4, 8, 9, 11, 12] показав залежність ефективності процесу рекреа-

ційно-оздоровчої діяльності від потреб того контингенту осіб, які нею безпосередньо займаються. Доведено, що найбільшого ефекту від активного відпочинку буде досягнуто тоді, коли студентська молодь займатиметься з урахуванням своїх власних індивідуальних пріоритетів і матиме зовнішнє мотивування [5, 6, 9].

Численні дослідження показали [1, 4, 6, 8, 9], що однією із важливих педагогічних проблем є виявлення мотивації ставлення студентської молоді до систематичної рекреаційно-оздоровчої діяльності. Існують різні підходи до визначення поняття мотивації і факторів, що її визначають. Мотивація – це рушійна сила людської поведінки, що відіграє головну роль у самовизначенні, є неодмінною умовою формування індивідуального стилю діяльності. Мотиваційна сфера мінлива і має вікові, динамічні і стримувально-сміслові особливості, обумовлені деякими природними і соціальними факторами. На думку ряду вчених [1, 5, 6, 8, 10], мотивація розглядається не тільки як стрижнева характеристика особистості, що веде індивіда до поставленої цілі, а й впливає на характер усіх процесів, що протікають у його організмі в ході рекреаційно-оздоровчої діяльності. Найчастіше у мотивації визначальними виділяють мотиви [6, 10, 11].

У результаті аналізу фахової літератури узагальнено [5, 6, 10], що мотив – це внутрішнє спонукання, яке визначає дію в кожний момент, сформований на базі домінуючої потреби. Формування мотивів здійснюється під впливом внутрішніх і зовнішніх факторів. Виходячи з цього, можна визначити мотиви, якими керуються студенти з вадами слуху у процесі рекреаційно-оздоровчої діяльності. Внутрішні мотиви пов'язані з процесом і змістом діяльності (спонукає інтерес, бажання отримати позитивні емоції, відчуття краси та гармонії власного тіла). Зовнішні – це обов'язок і відповідальність перед суспільством, групою та самовизначення і самовдосконалення [5, 6, 13].

Мета дослідження – визначити провідні компоненти особистості (потреби, мотиви, ціннісні орієнтації) та їх значущість у студентської молоді з вадами слуху до занять рекреаційно-оздоровчою діяльністю.

Результати дослідження та їх обговорення. Аналіз результатів психологічної діагностики показав, що причини, які спонукають студентів з вадами слуху до рекреаційно-оздоровчої діяльності, – це оздоровчий блок: нормалізація маси тіла (стимулююча причина); корекція фігури, постави, статури; підвищення рівня м'язової маси; головна причина участі багатьох студентів в організованій оздоровчо-фізкультурній діяльності – отримання задоволення; зниження стресу і депресії; розви-

ток самооцінки (впевненість у собі, у своїх силах та рішеннях).

Встановлено, що основною метою, з якою займаються організованою рекреаційно-оздоровчою діяльністю дівчата з вадами слуху, є: спілкування і розширення можливостей знайти нових друзів – 86,6 %, поліпшення зовнішнього вигляду, фігури, постави – 80 %, збереження і зміцнення здоров'я – 73,7 %, підвищення функціонального стану організму – 60 %. Результати анкетування юнаків з вадами слуху показали, що на перше місце вони виносять підтримання фізичної підготовки, удосконалення фізичних якостей, досягнення високого рівня фізичної підготовленості – 82,6 %, поліпшення зовнішнього вигляду (статури, рельєфності тіла) – 78,2 %, розширення комунікації – 69,5 %, збереження і зміцнення здоров'я – 65,21 %. Усе це свідчить про гендерну єдність мотивів у студентської молоді з вадами слуху, які спонукають до занять рекреаційно-оздоровчою діяльністю.

З огляду на психологічні аспекти юнацького віку можна констатувати, що отримані дані є суттєвим стимулом до прояву своєї активності. З одного боку, мотив до зміни форми тіла засобами фізичної рекреації є особистісним мотивом самовдосконалення, а з іншого – соціальним, комунікаційним (мета – сподобатись оточуючим, знайти нових друзів за допомогою фізичного іміджу переважає над іншими мотивами). Також можна стверджувати про достатню обізнаність та поінформованість про користь, переваги та позитивний вплив від спеціально організованої рекреаційно-оздоровчої діяльності, проте слід відмітити протиріччя між вербальним рівнем знань про користь рухової активності й реальним рівнем фізичної активності, переоцінку побутової і виробничої рухової активності для здоров'я, відсутність відповідальності за власний стан здоров'я.

Серед інших цілей активного відпочинку можна назвати такі: оздоровча (зняття втоми, поліпшення самопочуття, профілактика захворювань, всебічний гармонійний розвиток особистості, виховання культури рухів тіла, підвищення розумової та фізичної працездатності); комунікативно-виховна (спілкування, виховання культури поведінки, працьовитості, емоційної самоорганізації); організаторська мета (оволодіння знаннями, умінням, практичними навичками суспільної роботи, пропаганда здорового способу життя, що узгоджується з даними, поданими у фаховій літературі) [1; 8; 9; 12].

Важливим фактором, який впливає на формування здоров'я, є вміння раціонально розподіляти вільний час. Більшу його частину студентська молодь з вадами слуху проводить в інтернет-мережі та за переглядом телепрограм – 33 %, спілку-

вання з друзями та сім'єю становить 23 %, 15 % – проведення часу в розважальних закладах, 14 % – займаються спортом. Із числа опитуваних 15 % студентів з вадами слуху займаються оздоровчо-рекреаційною діяльністю в позанавчальний час: пішохідні прогулянки на свіжому повітрі, відвідування водних об'єктів із сім'єю або друзями, самотійно виконують ранкову гігієнічну зарядку, займаються оздоровчим бігом, гімнастикою, настільним тенісом, грають у футбол.

Підвищення мотивації та позитивне ставлення до рекреаційно-оздоровчої діяльності відбудеться в тому випадку, якщо будуть ураховані пріоритети студентства з визначеної нозології під час організації та планування занять в умовах вищого навчального закладу. Для цього необхідно ввести в систему рекреаційно-оздоровчої діяльності такі види фізкультурно-оздоровчих занять, які користуються найбільшою популярністю серед студентів [1; 4; 9].

Опитування дозволило визначити пріоритетні види рухової активності, що викликають найбільший інтерес у студентської молоді з вадами слуху. Респонденти віддали перевагу танцювальним та гімнастичним заняттям, командним видам спорту, плаванню та настільному тенісу. Серед пріоритетних видів рухової активності, які викликають найбільший інтерес у дівчат з вадами слуху, – танцювальні заняття – 73,33 %, настільний теніс – 66,6 %, плавання – 63 %, оздоровчі види гімнастики – 53,3 %. Юнаки з вадами слуху відають перевагу футболу – 78,26, волейболу – 69,56 %, настільному тенісу – 65,2 %, плаванню – 65,2 %, туризму – 60,86 % та силовому тренуванню – 50 %.

Процес формування інтересу до рекреаційно-оздоровчої діяльності не одноманітний, а багатовступневий. Психологічною його передумовою виступає емоційний компонент. У результаті дослідження визначено пріоритетні мотиви суб'єктів у рекреаційно-оздоровчій діяльності, досліджено ієрархію мотивів. Встановлено, що більшість осіб студентського віку пріоритетними вважають такі групи мотивів: оздоровчі, комунікативні, пізнавально-розвиваючі, соціальні, освітньо-культурні, розважальні, особистісні та досягнення успіху [1, 5, 10,]. Поряд із мотивом досягнення успіху виділяють ще мотив уникнення невдачі. У різних студентів переважають різні мотиви. У здорової студентської молоді потреба в досягненні успіху виражена удвічі сильніше, ніж бажання уникнути невдачі, а дослідження, проведені протягом останніх років українськими психологами, підтверджують дане твердження [3, 4]. Таке співвідношення, з одного боку, спонукає їх проявляти високу активність для досягнення цілі, а з іншого – вживати заходів для запобігання можливих невдач. У студентської молоді з вадами слуху – навпаки: мо-

тив уникнення невдачі виражений більше, ніж досягнення успіху [5, 10]. Отже, рівень мотивації, спрямованої на досягнення успіху, завжди нижчий спрямованості на уникнення невдачі. Це пояснюється тим, що вони більше невпевнені у своїх силах, не прагнуть до повної реалізації своїх можливостей, у них панує твердження обмежених життєвих перспектив.

Встановлено, що сучасні організаційні форми рекреаційно-оздоровчої діяльності у формуванні інтересу молоді з вадами слуху до активного відпочинку матимуть високий потенціал за умови проведення їх на високому технічно-методичному рівні з урахуванням психофізичних особливостей, біологічного віку, домінуючих потреб, мотивації та орієнтування на ціннісні орієнтації студентства з вадами слуху [5, 7].

Підтверджено, що на ціннісно-мотиваційну структуру особистості впливають зовнішні фактори, зокрема, умови життя, матеріальне забезпечення, умови навчання у ВНЗ, режим і вид рухової активності, які, переломлюючись через свідомість, значно впливають на ціннісні орієнтації, що виражаються у мотивах, інтересах, спрямованості, рівні домагань, переживаннях, ідеалах, цілях, бажаннях, самооцінці фізичного «Я».

Ціннісні орієнтації регулюють життєдіяльність студентської молоді з вадами слуху, визначаючи перевагу тих чи інших сфер діяльності, напрямів життєвого шляху, а також вибір засобів для досягнення поставлених цілей. Вони домінують як вище інтегративне утворення. Кожному життєвому етапу притаманні свої життєві цілі, своя життєва стратегія, що сприяє їх досягненню і розвитку [2, 3, 7, 13].

Рекреаційна діяльність являє собою один із небагатьох шляхів, де студентська молодь з вадами слуху може проявити свої уміння і навички, використовуючи фізичні та психологічні можливості для досягнення певних індивідуальних результатів. Ціннісні орієнтації особистості – це соціально-психологічний базис, на якому формуються характер, свідомість і самосвідомість [7, 13]. Тому нами було проведено оцінку ціннісних орієнтацій студентів (юнаків та дівчат) з вадами слуху у процесі їх особистісного зростання за допомогою методики «Ціннісні орієнтації» М. Рокича.

Описуючи дані, отримані в результаті аналізу термінальних цінностей (цінностей-цілей) студенток з вадами слуху, необхідно зазначити, що пріоритетними для них є здоров'я – фізичне і психічне (1-ше місце); матеріально забезпечене життя – відсутність матеріальних труднощів (2-ге місце); суспільне покликання (повага оточуючих, колективу, товаришів по роботі) (3-ге місце); задоволення, розваги, приємне, необтяжливе проведення часу, відсутність обов'язків (4-ге місце); розви-

ток (робота над собою, постійне фізичне і духовне вдосконалення) (5-те місце). Такі термінальні цінності, як краса природи і мистецтва (переживання прекрасного у природі та мистецтві); щастя, добробут, розвиток і вдосконалення інших людей, всього народу, людства в цілому зайняли останні позиції. Дівчата повноцінну самореалізацію вважають неможливою без фізичного і психічного здоров'я, матеріальної забезпеченості, суспільного визнання (поваги оточуючих, рідних, колег) та гармонійного розвитку (робота над психофізичним удосконаленням).

Юнаки з вадами слуху продемонстрували дещо схожі результати щодо термінальних цінностей. Спільним із дівчатами є те, що для них найважливішою цінністю є здоров'я (1-ше місце), а найменш важливими – краса природи і мистецтва та щастя інших; 2-ге місце зайняла любов (духовна і фізична близькість із коханою людиною); 3-тє місце – щасливе сімейне життя, 4-тє місце – продуктивне життя (максимально повне використання своїх можливостей, сил та здібностей), 5-тє місце – наявність хороших і вірних друзів. Для них більше значення мають утилітарно-прагматичні цінності (за класифікацією В. Кирилова) – здоров'я, хороші вірні друзі, близькі емоційні стосунки з рідними та щасливе сімейне життя. Ці дані свідчать про наявність стійкої потреби в культивуванні й підтриманні сімейних зв'язків та емоційної гармонії у стосунках з ближнім оточенням та про набуття ними певного життєвого досвіду. При цьому вони вважають, що їхня самореалізація залежить переважно від стану фізичного і психічного здоров'я, а джерело морально-психологічної підтримки – це сім'я, любов та спілкування з друзями. Юнаки відчують велику потребу у встановленні суспільних контактів, що може реалізуватися через рекреаційно-оздоровчі заходи у складі неформальних та організованих груп.

Встановлено, що найбільш значущими для студентської молоді з вадами слуху, які можна назвати їхніми життєвими орієнтирами, є індивідуальні цінності особистого життя. Серед них безумовну першість веде фізичне і психічне здоров'я, що вказує на гендерну єдність мотивів та усвідомлену обізнаність даних студентів про неможливість досягнення без нього успіху у житті. В такому дискурсі яскравим для них прикладом слугує даний морально-економічний стан нинішніх і майбутніх реалій, де зможе гармонійно жити лише здоровий, енергійний індивід, який буде адаптований до різних життєвих ситуацій. У той самий час найбільше зв'язків мають такі цінності за змістовими блоками (за Д. О. Леонтьєвим): у юнаків – конкретні (предметні) цінності та особисте життя: любов; щасливе сімейне життя; наявність хороших і вірних друзів; продуктивність життя; у

дівчат – конкретні цінності: матеріально забезпечене життя; розваги, задоволення, приємне неоптяжливе проведення часу; загальне суспільне визнання (повага оточуючих, колективу, товаришів по роботі); професійна самореалізація – загальне суспільне визнання; продуктивне життя, максимально повне використання своїх можливостей, сил та здібностей; розвиток, робота над собою; активне діяльне життя.

Найменш пріоритетними термінальними цінностями для дівчат та юнаків з вадами слуху, які брали участь у дослідженні, виявилися ті, що входять до блоку абстрактні цінності: щастя інших людей (18-те місце у дівчат і 17-те у юнаків), краса природи і мистецтва (17-те і 18-те місця відповідно) на 16-му місці опинилася життєва мудрість, як у дівчат, так і юнаків; любов як цінність – на 15-му місці у дівчат, а у юнаків 15-тє місце займає творчість. Аналізуючи отримані дані, можна констатувати про вікову незрілість та психофізіологічні особливості (труднощі у розумінні слів з абстрактним значенням) студентської молоді з вадами слуху. Доведено, що позбавлена слуху молодь не має можливості сприймати ті звукові сигнали, які є дуже важливими для повноцінного пізнання навколишнього світу, для створення повних і всебічних уявлень про предмети і явища дійсності. Внаслідок цього обмежується пізнання оточуючого світу, що, в свою чергу, призводить до порушення в розвитку інших пізнавальних процесів і, головним чином, словесно-логічного мислення. Можна констатувати, для того, щоб збагнути, зрозуміти естетичну красу природи, мистецтва, важливості суспільного благополуччя інших людей у вигляді щастя, свободи, життєвої мудрості (абстрактні значення) у студентів з означеною нозологією немає фізіологічних, психолого-педагогічних можливостей.

На додаткову увагу заслуговує аналіз дослідження інструментальних цінностей студенток з вадами слуху, тобто цінностей-засобів, за допомогою яких вони будуть досягати своїх цілей. Встановлено, що пріоритетними для них є освіченість – широта знань, висока загальна культура (1-ше місце); вихованість – хороші манери (2-ге місце); чесність (правдивість, щирість) – (3-тє місце); охайність – уміння тримати в порядку речі, порядок у справах (4-тє місце); терпимість до поглядів і думок інших, уміння прощати іншим їхні помилки та омани (5-тє місце).

Статистичний аналіз отриманих даних дозволяє стверджувати, що у студенток переважають суб'єктивно-особистісні цінності. Це дає підстави зазначити, що вони спрямовані на отримання знань, умінь і навичок, формування моральних якостей, котрі допоможуть їм досягти бажаних результатів, удосконалення фізичної та психічної підготовленос-

ті до активного життя та подальшої життєвої діяльності на принципах індивідуального підходу.

Отримані в ході проведеного дослідження інструментальних цінностей студентів з вадами слуху дані свідчать про те, що в цілому ціннісне ядро найбільш пріоритетних цінностей як для юнаків, так і для дівчат складається з одних і тих самих цінностей-засобів, лише з однією відмінністю, котра пов'язана з розподілом рангових місць, оскільки вихованість посіла 1-ше місце, а чесність, правдивість, щирість – 2-ге місце; на 3-му місці знаходиться старанність (дисциплінованість), на 4-му – освіченість (широта знань, висока загальна культура); на 5-му – життєрадісність, почуття гумору. Юнаки з вадами слуху замислиються над етичними проблемами, індивідуальні цінності та ідеали стають для них важливими та актуальними. Вони намагаються втілити моральні принципи блоку (цінність спілкування): чесність, правдивість, щирість, вихованість, життєрадісність, дисциплінованість та відповідальність у власному життєвому виборі, у реальних вчинках для задоволення своїх основних потреб.

Рейтинг інструментальних цінностей, виділених студентами з вадами слуху, свідчить швидше про їхні ідеали, ніж про спосіб дій в життєвих ситуаціях, бо не завжди відповідає їхнім життєвим цілям. Проте позитивним видається досить виважений підхід студентської молоді з вадами слуху до таких цінностей, як вихованість (хороші манери); терпимість до поглядів і думок інших, вміння прощати іншим їхні помилки та омани; чуйність та дбайливість; чесність, правдивість, щирість; старанність, дисциплінованість. На нашу думку, це говорить про вікову специфіку світосприйняття, коли опіка, тепло та увага батьків, сім'ї, намагання з боку рідного оточення захистити дитину від зовнішніх негараздів, допомогти, дає можливість зрозуміти справжню ціну чуйності, взаємодопомоги, вірності, альтруїзму тощо, які знадобляться їм у подальшому житті.

Найменш важливими студенти з вадами слуху відзначили такі інструментальні блоки цінностей, як індивідуалістичні та цінності самоствердження: непримиренність до недоліків у собі та в інших опинилася на 18-му місці як у дівчат, так і у юнаків; на 17-му місці у дівчат знаходяться високі запати, домагання, вимоги до життя, а у юнаків – тверда воля, вміння наполягти на своєму, не відступати перед труднощами; сміливість у відстоюванні своєї думки, поглядів опинилася на 16-му місці відповідно.

У результаті дослідження у студентської молоді з вадами слуху можна констатувати низьку оцінку власного «Я» відносно соціально-нормативних критеріїв: цілеспрямованості, успішності, твердої волі (уміння наполягти на своєму, не

відступати перед труднощами); сміливості у відстоюванні своєї думки, поглядів; незалежності, здатності діяти самостійно, рішуче. Ця категорія студентів набагато важче пристосовується до екстремальних умов, більш пасивна й легко піддається впливам оточуючих. Це може бути пов'язано із їхньою недостатньою психофізичною, емоційною підготовкою, боязню непередбачуваних ситуацій, суперництва, невеликим досвідом членства у команді, що безпосередньо перешкоджає досягненню головної мети. Відтак, це породжує внутрішній конфлікт, спричинений їхніми очікуваннями з приводу власної значущості для інших, для групи, команди, для соціуму взагалі. Студенти з вадами слуху можуть переживати особистісну дистармонію, що, зрештою, не сприяє їх самоактуалізації, соціалізації та інтеграції.

Оскільки ціннісні орієнтації особистості є смисловими утвореннями, котрі пов'язують когнітивну і мотиваційну сфери, спрямовуючи й орієнтуючи поведінку студентської молоді з вадами слуху на певні цілі, то у процесі самовизначення у цьому віці відбувається коригування намічених життєвих планів та мети, які відображаються на змісті власної мотивації, котра, в свою чергу, зумовлює зміни у сфері ціннісної свідомості.

Узагальнюючи та систематизуючи отримані дані та науково-методичну літературу [2, 8, 9, 11], науковці прийшли до єдиного висновку, що рекреаційно-оздоровча діяльність сприяє залученню молоді з вадами слуху в соціум із засвоєнням норм поведінки, психологічних механізмів, соціальних цінностей, набуттям якостей, необхідних для успішного функціонування в даному суспільстві, і сприяє підвищенню самооцінки, саморозвитку і самореалізації, самовираження та самовдосконалення, самотворення та реалізації рівних прав і можливостей, формування відчуття особистісної значущості та повноцінності. Тому ціннісне поле рекреаційно-оздоровчої діяльності необхідно все ширше застосовувати в повсякденній діяльності студентської молоді з вадами слуху та в умовах ВНЗ, щоб у їхньому житті рекреаційна діяльність займала пріоритетне місце.

Висновки:

1. Аналіз та узагальнення науково-методичної літератури свідчать, що однією з найбільш значущих підструктур особистості є її спрямованість – система взаємопов'язаних внутрішніх спонукань, що визначають та орієнтують життєвий шлях студентської молоді з вадами слуху в соціальному просторі й часі. Основними компонентами спрямованості особистості виступають домінуючі потреби, мотивація, самооцінка та ціннісні орієнтації.

2. Системний аналіз існуючих підходів до розвитку рекреаційно-оздоровчої діяльності визначає пріоритет фізичної активності, здорового способу

життя фактично у відриві від особистісних якостей, мотивів, мотивації студентської молоді з вадами слуху. Не розглядаються і не враховуються їхні ціннісні орієнтації на формування духовної культури. У дослідженнях простежується недостатня сформованість ціннісного ставлення цього контингенту студентів до занять рекреаційно-оздоровчою діяльністю, а також відсутність основних стимулів активності.

3. Встановлено, що потреби студентів виступають джерелом їхньої активності. Рекреаційно-оздоровча діяльність здатна задовольнити духовні, фізичні та соціальні потреби особистості з вадами слуху. Особливого значення набуває задоволення потреб у соціальних зв'язках, спілкуванні, самоствердженні, системі орієнтацій. Потреби в контактах, спілкуваннях забезпечуються шляхом участі у груповій, командній діяльності, а в самоствердженні – через визнання друзями, одногрупниками, колегами по команді, викладачами, наставниками.

4. Ціннісні орієнтації виступають як результат саморозвитку особистості, структурування відносно зовнішньої діяльності процесу реалізації і розгортання особистісних цінностей. Найважливішою цінністю для студентської молоді з вадами слуху є фізичне і психічне здоров'я, а також матеріально забезпечене життя та любов. Дослідження свідчать, що в цілому ціннісне ядро складається з од-

них і тих самих найбільш пріоритетних цінностей як для юнаків, так і для дівчат, лише з однією відмінністю, котра пов'язана з розподілом рангових місць, оскільки вихованість посіла 1-ше місце, а чесність, правдивість, щирість – 2-ге; на 3-му місці знаходиться старанність (дисциплінованість), на 4-му – освіченість (широта знань, висока загальна культура); на 5-му місці – життєрадісність, почуття гумору.

5. Статистичний аналіз отриманих даних дозволяє стверджувати, що у дівчат переважають суб'єктивно-особистісні цінності (вихованість, освіченість, чесність, акуратність тощо), натомість для юнаків більше значення мають утилітарно-прагматичні цінності – здоров'я, хороші вірні друзі, близькі емоційні стосунки з рідними та щасливе сімейне життя.

6. Вивчення рейтингу інструментальних цінностей підтверджує відсутність в основній масі студентів з вадами слуху ціннісних пріоритетів, які сприяють виявленню активної життєвої позиції, спрямованої на досягнення конкретної мети. Рекреаційно-оздоровча діяльність як психологічний механізм може сприяти формуванню активної життєвої позиції особистості, умінь та навичок, задоволення базових потреб, змістовного наповнення вільного часу з орієнтацією на здоровий спосіб життя, реалізацію життєвого потенціалу та підвищення якості життя.

Література

1. Андрєєва О. В. Фізична рекреація різних груп населення : [монографія] / О. В. Андрєєва. – К. : ТОВ «НВП Поліграфсервіс», 2014. – 280 с.
2. Безверхня Г. В. Формування ціннісних орієнтацій в процесі фізичного виховання студентів / Г. В. Безверхня, М. І. Маєвський // Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту: зб. наук. праць / за ред. С.С. Єрмакова. –Х., 2010. – N 1. – С. 10–12.
3. Битуєва А. В. Особенности структурного строения ценностных ориентаций [Электронный ресурс] / А. В. Битуєва // Credo New. – 2000. – N 3. – Режим доступа : <http://credonew.ru/content/view/184/25/>.
4. Зайцев В. П. Физическая рекреация в структуре активного отдыха студентов / В. П. Зайцев, С. С. Єрмаков, К. Прусик // Физич. виховання студентів. – 2011. – N 1. – С. 68–77.
5. Занюк С. Психология мотивации. Теория и практика мотивирования. Мотивационный тренинг / С. Занюк. – М., 2010. – 117 с.
6. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2000. – С. 409–411.
7. Інструментальні та термінальні цінності [Електронний ресурс]. – Режим доступу : http://psychologis.com.ua/instrumentalnye_i_terminalnye_cennosti.htm.
8. Круцевич Т. Ю. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення : навч. посіб. / Т. Ю. Круцевич, Г. В. Безверхня. – К. : Олімп. л-ра, 2010. – 248 с.
9. Круцевич Т. Ю. Проблеми організації рекреаційно-оздоровчих занять в структурі дозвільної діяльності студентської молоді / Т. Ю. Круцевич, О. В. Андрєєва, О. Л. Благій // Гуманітар. вісн. ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький держ. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди» : наук.-теорет. зб. – 2012. – С. 100–116.
10. Прохорова Н. Л. Психологические аспекты становления мотивации достижения: учеб. пособие / Н. Л. Прохорова. – Череповец : ГОУ ВПО ЧГУ, 2006. – 60 с.
11. Рыжкин Ю. Е. Психолого-педагогические основы физической рекреации : учеб. пособие / Ю. Е. Рыжкин. – СПб.: РГПУ им. А. И. Герцена, 1997. – 36 с.
12. Фізична рекреація: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту / Є. Н. Приступа, О. М. Жданова, М. М. Линець [та ін.]; за наук. ред. Є. Приступи. – Дрогобич: Коло, 2010. – 448 с.

13. Ціннісні орієнтації як складова спрямованості особистості [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <https://sites.google.com/site/mijsajtyulyia/home/rozdil-i/1-1-cinnisni-orientacii-ak-skladova-spramovanosti-osobistosti>.

Literature

1. Andreieva O. V. Physical recreation of different population groups: [monograph] / O. V. Andreieva. – Kyiv : TOV «NVP Poligrafservis», 2014. – 280 p.
2. Bezverkhnia G. V. Value orientation formation in the process of student physical education / G. V. Bezverkhnia, M. I. Maievskiy // Pedagogika, psykholohiia ta medyko-biologichni problem fiz. vykhovannia i sportu / ed. by S. S. Yermakov. – Kharkiv, 2010. – N 1. – P. 10–12.
3. Bituyeva A. V. Peculiarities of structural design of value orientation [Electronic resource] // A. V. Bituyeva // Credo New. – 2000. – N 3. – // Access mode: <http://credonew.ru/content/view/184/25/>.
4. Zaytsev V. P. Physical recreation in the structure of student active rest / V. P. Zaytsev, S. S. Yermakov, K. Prusyk // Fizicheskoye vospitaniye studentov. – 2011. – N 1. – P. 68–77.
5. Zanyuk S. Motivation psychology. Theory and practice of motivation. Motivation training / S. Zanyuk. – Moscow, 2010. – 117 p.
6. Ilyin E. P. Motivation and motives / E. P. Ilyin. – Saint Petersburg: Piter, 2000. – P. 409–411.
7. Instrumental and terminal values [Electronic resource]. – Access mode : http://psychologis.com.ua/instrumentalnye_i_terminalnye_cennosti.htm.
8. Krutsevych T. I. Recreation in physical culture of different population groups: teaching guide / T. I. Krutsevych, G. V. Bezverkhnia. – Kyiv: Olimpiiska literatura, 2010. – 248 p.
9. Krutsevych T. I. Problem of organization of recreative activities in the structure of leisure activity of student youth / T. I. Krutsevych, O. V. Andreieva, O. L. Blahiy // Humanitarnyi visnyk DVNZ «Pereiaslav-Khmelnytskyi derzh. Ped. Universytet imeni G.S.Skovorody» : naukovy-teoretychnyi zbirnyk. – 2012. – P. 100–116.
10. Prokhorova N. L. Psychological aspects of motivation development: teaching guide / N. L. Prokhorova. – Cherepovets : GOU VPO CGU, 2006. – 60 p.
11. Ryzhkin Y. E. Psychologo-pedagogical bases of physical recreation: teaching guide / Y. E. Ryzhkin. – Saint Petersburg: RGPU im. A. I. Gertsen, 1997. – 36 p.
12. Physical recreation: teaching manual for students of higher physical education and sport institutions / I. N. Prystupa, O. M. Zhdanova, M. M. Lynets [et al.]; ed. by I. Prystupa. – Drohobych: Kolo, 2010. – 448 p.
13. Value orientations as constituents of personality [Electronic resource] // Access mode: <https://sites.google.com/site/mijsajtyulyia/home/rozdil-i/1-1-cinnisni-orientacii-ak-skladova-spramovanosti-osobistosti>.

Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ
olena.andreeva@gmail.com
anetorehovskaya1305@rambler.ru

Надійшла 22.09.2016