

УДК 378:37.035.3:796.011.1

**НИКОЛАЄВ К.Г.**

м. Миколаїв, Україна

## **ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ СТУДЕНТІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ НЕ ФІЗКУЛЬТУРНОГО ПРОФІЛЮ**

*У статті розкривається проблематика сучасної системи фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів не фізкультурного профілю та які саме пріоритетні напрямки повинні бути застосовані для підвищення мотивації студентів до системних занять фізичною культурою, спортом чи іншими видами рухової діяльності.*

*Ключові слова: особистість, зміст, різноманітність, потреби, мотивація, фізичне виховання, усвідомлення, функціональні можливості, вибір, кошти.*

**Постановка проблеми у загальному вигляді.** Більшість студентів філологічного факультету не мають стійкої мотивації до занять фізкультурою й спортом з кількох причин.

1. Бажання займатися в спортивних і спортивно-оздоровчих групах за вибраними видами спорту не завжди збігається з їхньою спортивною підготовкою. Тому що в спортивних секціях збірних команд академії виступають здебільшого спортсмени-кандидати в майстри спорту й першорозрядники.
2. Бажання займатися тими видами спорту або фізичними вправами, які не представлені серед спортивних секцій, що працюють на безкоштовній основі.
3. Слабкий інтерес до відвідування обов'язкових занять, включених у навчальний розклад з предмету "Фізична культура".
4. Великі навчальні навантаження студентів технічного вищого навчального закладу, що пов'язано найчастіше з невмінням планувати свій навчальний час, іншими словами дотримання режиму дня.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Відновлення й поглиблення змісту в сфері фізичної культури перш за все пов'язано з найбільш повною реалізацією його культурно-утворюючої та гуманізуючої функцій. Його соціокультурна сутність – у формуванні нового образу світу й нової, вписа-

ної в цей образ системи культурної діяльності особистості [3, с.2–5]. З одного боку, освітній процес співвідноситься зі своїм соціально значимим змістом, а з іншого боку – обумовлений досвідом студента як суб'єкта освітнього процесу й носія власної культури. У цій ситуації студент реалізує волю вибору, своєрідність свого освітнього шляху, у результаті якого здобуває свою культурну ідентичність. Лише в цьому випадку особистість сприймає освіту в сфері фізичної культури як складову власного стилю життя, може утворити себе сама, підкоряти освітнім цілям особистісного росту. Одночасно освіта стає фактором психічної активності особистості, формою її культурного буття. Разом з тим освіта значною мірою детермінована логікою процесу розвитку особистості, усвідомлення нею своїх потреб, цілей. А для цього повинні бути створені умови, у яких відбуваються процеси розвитку й саморозвитку, виховання й самовиховання, навчання й самоосвіти [2, с.2–5].

Сучасна система фізичного виховання студентської молоді не фізкультурних вищих навчальних закладів є пріоритетною у формуванні фізичної культури як виду загальної культури молоді людини, здорового образу й спортивного стилю життєдіяльності майбутніх філологів.

Формування соціально активної особистості в гармонії з фізичним розвитком – важлива умова підготування випускника ВНЗ до професійної діяльності в суспільстві.

Традиційний шлях освоєння цінностей фізичної культури із пріоритетом фізичної підготовки, спрямований на виконання уніфікованих програмних залікових нормативів, – це лише базис для формування всієї системи цінностей фізичної культури, які далеко не вичерпуються тільки фізичними кондиціями молоді людини і являють собою єдність у розвитку духовної й фізичної сфер.

Однак такий підхід до фізичного виховання частіше декларується. На ділі, як доводить практика, фізичне виховання замкнено на руховій діяльності, фізична культура розглядається лише як спрямованість фізичного виховання на формування рухових навичок і розвиток фізичних якостей людини, тим самим істотно збіднюючи його можливості, що в остаточному підсумку приводить до розриву освіти і культури. Сам процес фізичного виховання втрачає культур-

ний та моральний зміст. Емоційно-ціннісне відношення до фізкультурно-спортивної діяльності не формується спонтанно й не успадковується. Воно набувається особистістю в процесі самої діяльності й ефективно розвивається при освоєнні знань і нагромадження творчого досвіду, пов'язаного із проявом ініціативи й активності в істинно педагогічному процесі. Свідчення цього – гострі концептуальні дискусії на сторінках центральної преси з питань формування фізичної культури студентської молоді ВНЗ не фізкультурного профілю [1].

Успіх роботи з фізичного виховання студентів у ВНЗ багато в чому залежить від того, наскільки ефективно будуть організовані заняття починаючи з 1-го курсу.

Великий збиток фізичному вихованню, на думку Л.І. Лубишевої [7], наносить пріоритет нормативного підходу, коли навчальний процес і діяльність кафедр спрямовані не на особистість студента, а на зовнішні показники, які характеризуються контрольними нормативами чергової навчальної програми. Далі треба відмітити примусове приписування особистості під усереднені нормативи, що явно суперечить ідеї свободи й аж ніяк не сприяє прилученню студентів до сфери фізичної культури. При такому підході процес фізичного виховання втрачає суб'єктивне начало – людську особистість.

**Мета статті** полягає у розкритті необхідності створення умов для формування в студентів навичок самовдосконалення на тлі виховання мотивації, інтересу до фізичної культури й стану власного здоров'я.

Одним із пріоритетних завдань підвищення інтересу до виховання тілесної культури є включення студента в простір фізичної культури не тільки як користувача, але й як суб'єкта, здібного творити в цій сфері діяльності.

Аналіз теоретичних аспектів фізичної культури дозволяє визначити основні шляхи формування потреб, цілей, мотивів сучасної молоді у виборі нею різних видів фізичної культури.

Основу концепції професора Видрина В.М. [4, с.2–4] становить положення, що фізична культура – один з найважливіших видів загальної культури людини. Її основні компоненти: неспеціальна фізкультурна освіта, спорт, фізична

рекреація й рухова реабілітація. Вони задовольняють потреби у фізкультурній діяльності кожної молодої людини, а глибоке розуміння фізичної культури особистості студента як суспільної й індивідуальної цінності може стати реальною для розвитку різних видів фізичної культури в гуманітарних вузах країни й сприяти формуванню прогресивних напрямків у розвитку думки й особистісних мотивів і потреб в освоєнні цінностей фізичної культури.

У зв'язку із цим необхідна реалізація нової стратегії фізкультурного виховання, і насамперед впровадження в практику навчального процесу наступних напрямків:

- “Адекватність змісту фізичної підготовки індивідуальному стану людини”;
- “Гармонізація й оптимізація фізичної підготовки”;
- “Воля вибору форм фізкультурно-спортивної діяльності в відносності з особистими схильностями кожної людини”.

На думку Виленського М.Я. [2, с. 2–5] та ін., головним у структурі фізичної культури студента є мотиваційний компонент. Виникаючи на основі потреб мотиви визначають спрямованість особистості, стимулюють і мобілізують її на прояв активності.

Потреба у фізичній культурі – головна спонукальна, спрямовуюча й регулююча сила поведінки особистості, що має широкий спектр: потреба в рухах і фізичних навантаженнях, у спілкуванні, а також при проведенні вільного часу в дружньому колі, в іграх, розвагах, відпочинку, емоційній розрядці, у самоствердженні, зміцненні позицій свого “Я”, у пізнанні, в поліпшенні якості фізкультурно-спортивних занять, у комфорті та ін.

Задоволення потреб супроводжується позитивними емоціями, незадоволенням – негативними. Саме тому людина звичайно вибирає той вид діяльності, що більшою мірою дозволяє задовольнити потребу, яка виникла, й одержати позитивні емоції.

Виникаючи на основі потреб система мотивів визначає спрямованість особистості в області фізичного виховання, стимулює й мобілізує її на прояв рухової активності. В.І. Іллінич [5] й ін. виділяють наступні мотиви: фізичного вдосконалення; дружньої солідарності; відвідування занять; суперництва; наслідування; спортивний; процесуальний; ігровий; комфортності.

Пріоритетним напрямком у підвищенні мотивації студентів до занять фізичною культурою й спортом може й повинна стати відмова від уніфікації й стандартизації навчальних програм гуманітарних і технічних ВУЗів і створення можливо більшого числа альтернативних програм по кожному виду фізичної культури з обліком регіональних, національних, культурно-технічних традицій, матеріально-технічної оснащеності спортивних комплексів кожного конкретного вузу [6, с. 11–19].

Виленьський М.Я. і Карповський К.Г. [3, с. 39–42] стверджують, що позитивні зміни ставлення студентів до занять фізичною культурою й спортом складаються в усуненні неузгодженості між завданням фізичного виховання й індивідуальною орієнтацією, між суб'єктивно необхідними умовами й реально існуючими можливостями. При цьому необхідно або усунути причини, що заважають займатися, або змінити орієнтацію або суб'єктивний образ умов її реалізації.

Зміст занять фізичною культурою викликається розумінням їхньої об'єктивної значимості, що визначається суспільними ідеалами, суспільною думкою й особистісним значенням таких занять. На основі змісту занять студенти вибирають мотиви та цілі.

Цікавість до матеріальних і духовних цінностей фізичної культури й до систематичних занять фізичною культурою представляється нами як наслідок, як один з інтегральних проявів складних процесів мотиваційної сфери. При цьому ми не розміщуємо поряд мотивацію й зацікавленість, а вважаємо мотивацію основою, джерелом, зацікавленість же – наслідком, проявом процесів, що відбуваються в ній. Зацікавленість виникає на основі первинної потреби студента в руках, у нових враженнях, у новій інформації, при своєму розвитку може перерости в нову, вторинну (духовну) потребу – у фізичному вдосконаленні, на основі якої будуть виникати нові мотиви й інтереси.

У результаті теоретичних пошуків були визначені ще кілька концептуальних положень, які можуть бути основою приватних педагогічних концепцій виховання фізичної культури у студентів.

1. Мотивацію варто розрізняти як внутрішню й зовнішню стосовно студента; зацікавленість до систематичних занять

фізичною культурою, до матеріальних і духовних цінностей фізичної культури як психологічна основа особистої фізичної культури студентів виховується лише в результаті внутрішньої мотивації.

Внутрішня мотивація виникає тоді, коли зовнішні мотиви й цілі занять фізичною культурою відповідають можливостям студента, тобто є для нього оптимальними (не занадто важкими й не дуже легкими), і коли він розуміє суб'єктивну відповідальність за їхню реалізацію. Успішна реалізація таких мотивів і цілей викликає в студентів натхнення успіхом, бажання продовжувати заняття з власної ініціативи, тобто внутрішню мотивацію й інтерес. Внутрішня мотивація виникає також тоді, коли студент відчуває задоволення від самого процесу, умов занять, від характеру взаємин з педагогом, з членами колективу під час цих занять. Однак внутрішня й зовнішня мотивація повинні існувати в діалектичній єдності.

2. Чим старше студент, тим більшу роль у мотиваційній сфері можуть грати соціально значимі мотиви: бути здоровим, готовим до життя, праці, військової служби. Учбово-пізнавальні мотиви, мотиви благополуччя й уникнення неприємностей мають різну силу на окремих вікових етапах розвитку особистості студента й залежать від особливостей виховних впливів.

3. Особисту фізичну культуру можна виховувати двома шляхами: впливаючи цілеспрямовано на окремі мотиви й на мотиваційну сферу й особистість студента в цілому. При цьому доцільно сполучення двох способів впливу на мотивацію: “зверху вниз” й “знизу нагору”. При першому способі студентам роз’яснюються суспільно й особисто значимі мотиви занять фізичною культурою (еталони, зразки мотивації). При другому способі студенти включаються в різні види фізкультурної діяльності, де відбувається надбання практичного досвіду морального ставлення до особистої фізичної культури, до занять фізичними вправами.

Щоб визначити, якими мотивами керуються студенти (зовнішніми чи внутрішніми), потрібно надати їм реальну можливість займатися фізичними вправами за власною ініціативою, і якщо вони продовжують заняття – це значить, що в основі даної рухової діяльності лежать внутрішні мотиви, для педагогічної практики найбільш важливим є визна-

чення засобів, методів і методик виховання мотивації студентів з метою виховання в них особистої фізичної культури.

**Висновки.** З вищевикладеного стає очевидним, що підвищення мотиваційно-ціннісного ставлення студентів ВНЗ не спортивного профілю до занять фізичною культурою й спортом буде ефективним, якщо пропонувані навчальні програми з фізичного виховання стануть ураховувати запити й потреби студентів у сфері фізичної культури й спорту з обліком віково-статевих і соціально-демографічних особливостей. А одним з найважливіших критеріїв, що дозволяють судити про реальності даного утворювального процесу, є досягнення особистістю такого стану, при якому реалізуються її індивідуальні й соціальні процеси з “самореалізацією”. Таким чином, студентам надається більш широкий вибір різних форм фізкультурно-спортивної діяльності з обліком їхніх особистих інтересів, схильностей та здібностей.

Разом з тим подібна система й організація навчальних занять буде підвищувати творчий потенціал викладачів, спонукаючи їх до постійного вдосконалення, пошуку нових методичних прийомів, методів і технологій навчання й оздоровлення з предмету “фізична культура”. Спортизація фізкультурної діяльності студентів філологічних факультетів гуманітарних вузів повинна стати основою відродження й розвитку масового студентського спорту. Спортивна спрямованість практичних занять з фізичної культури студентів може не тільки радикально змінити їх фізкультурну активність, але й у цілому прищепити спортивний стиль повсякденної життєдіяльності. Як наголошують фахівці, спортивний шлях – це енциклопедія технології культурного перетворення фізичного, психічного і морального в особистості, і не використати його у фізкультурному вихованні студентської молоді було б невірно [6, с. 11–19].

Необхідна тісна співпраця кафедри фізичного виховання з керівництвом університетів. Для покращення матеріально-технічної бази, її удосконалення та розширення необхідні кошти. Для різноманіття видів рухової активності потрібні нові майданчики, спортивні споруди, обладнання та інвентар. І чим більше університет буде розширювати матеріально-технічне оснащення, тим вище буде загальний рівень функціональної підготовки студентів ВНЗ неспортивного профілю.

### **Література:**

1. Вареников Ю.Т. Методи й засоби керування фізичної підготовкою студентів ВНЗ: Автореф. канд. дис. / Вареников Ю.Т. – М., 1995. – 24 с.
2. Виленський М.Я. Студент як суб'єкт фізичної культури / Виленський М.Я. // Теор. і практ. фіз. культ. – К., 1999. – №2 (10). – С. 2–5.
3. Виленський М.Я. Мотиваційно-ціннісне відношення студентів до фізичного виховання й шляху його спрямованого формування / Виленський М.Я., Карповський Г.К. // Теор. і практ. фіз. культ. – К., 1989. – №21. – С. 39–42.
4. Видрін В.М. Неспеціальне (непрофесійне) фізкультурне утворення / Видрін В.М. // Теор. і практ. фіз. культ. – К., 1989. – №23. – С. 2–4.
5. Іллінич В.І. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів вузів / Іллінич В.І. – М. : Вища школа, 1978. – 161 с.
6. Лубишева Л.І. Концепція фізкультурного виховання: методологія розвитку й технологія реалізації / Лубишева Л.І. // Фізична культура: виховання, утворення, тренування. – К., 1996. – №21. – С. 11–19.
7. Лотоненко А.В. Фізична культура студентської молоді: досвід, проблеми, перспективи / Лотоненко А.В., Стеблецов Б.А. // Фізична культура: виховання, утворення, тренування. – К., 1996. – № 23. – С. 5.

**К.Г. НИКОЛАЕВ**

### **ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ НЕ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ПРОФИЛЯ**

*В статье раскрывается проблематика современной системы физического воспитания студентов ВУЗов не физкультурного профиля и какие именно приоритетные направления должны быть применены для повышения мотивации студентов к системным занятиям физической культурой, спортом или другими видами подвижной деятельности.*

*Ключевые слова: личность, содержание, разнообразие, потребности, мотивация, физическое воспитание, осознание, функциональные возможности, выбор, средства.*

**K.G. NIKOLAEV**

### **GREATING THE MOTIVATION OF THE STUDENTS OF NON PROFESSIONAL SPORT UNIVERSITETIES TO PHYSICAL TRAINING**

*The article highlights the problems of the modern physical culture system of the non professional sport universities and the priority lines applied to increase the motivation of the students to systemic physical training, sport and other types of physical activity.*

*Key words: personality, content, diversity, needs, motivation, physical education, awareness, functionality, choice of funds.*