



**МОТИВАЦІЙНЕ СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ
ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ ДО
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ**

Шиян Ольга¹, Шиян Володимир², Свадковська Євгенія¹

¹Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту

²ДВНЗ «Придніпровська державна академія будівництва та архітектури»

Анотація

В статье рассмотрена проблема мотивации к занятиям физическими упражнениями студенческой молодежи. Исследованы особенности проявления мотивации к занятиям физической культурой и спортом у юношей и девушек, которые учатся на I и II курсах. Выделены существенные отличия в мотивационной сфере юношей и девушек 17-18 лет. В ходе исследования была установлена взаимосвязь между балльной оценкой физической подготовленности и мотивами, интересами студентов. Анализ собственных результатов исследований и данных научной литературы позволил определить пути формирования интереса и мотивации к занятиям физическим воспитанием студентов высших учебных заведений.

Ключевые слова: мотивация, физическое воспитание, студенческая молодежь.

Annotation

In article the problem of motivation to engaged in the physical exercises of student young people is considered. The features of display of motivation are explored to engaged in the physical culture and sport at youths and girls which study on the I and II courses. The substantial differences are selected in the motivation sphere of youths and girls 17-18 years. During research the intercommunication between the ball estimation of physical preparedness and reasons, interests of students was set. The analysis of own results of researches and data of scientific literature allowed to define the paths of forming of interest and motivation to occupations by the physical education of students of higher educational establishments.

Keywords: motivation, physical education, student young people.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. В останні роки на тлі інтенсифікації навчального процесу у вищих навчальних закладах спостерігається тенденція до зниження обсягу рухової активності студентів, що негативно позначається на показниках їхнього фізичного стану, у зв'язку із чим особливої соціальної значущості набувають питання формування, збереження та зміцнення здоров'я студентської молоді. Істотну роль в оптимізації цієї ситуації відіграє підвищення мотивації до використання засобів фізичної культури в повсякденному житті, у тому числі до занять з фізичного виховання, – як академічних, так і самостійних і вибір адекватних засобів компенсації дефіциту повсякденної рухової активності. В сучасних умовах проблема розвитку мотивів і потреб людини є однією з найбільш актуальних в психології мотивації. Це визначається як вітчизняними, так і закордонними дослідженнями. Важливість цієї проблеми не підлягає сумніву, оскільки питання про розвиток мотивів і потреб тісно пов'язана з питанням про розвиток особистості в цілому [3].

У зв'язку з тим, що в наш час стан здоров'я студентської молоді погіршився, знизився рівень її



Таблиця 1

Мотиви студентів до занять фізичною культурою і спортом, %

Варіант відповіді	I курс		II курс	
	Ю	Д	Ю	Д
Підвищити фізичну підготовленість	20,0	17,5	21,0	19,5
Отримати задоволення від рухової активності	9,0	15,5	15,0	15,0
Досягти високих спортивних результатів	3,0	5,2	8,0	3,0
Брати участь у змаганнях	4,0	4,1	7,0	2,0
Покращити здоров'я	18,0	17,5	8,0	19,5
Досягти гармонійності будови тіла	17,0	10,3	12,0	15,0
Нормалізувати масу тіла	7,0	9,3	5,5	11,0
Для самоствердження	5,0	2,1	11,0	2,5
Активне дозвілля	9,0	14,4	7,0	10,0
Для спілкування з друзями	8,0	4,1	5,5	2,5

рухової активності та спостерігається недостатня мотивація до занять фізичними вправами, виникає необхідність у створенні та реалізації практичних заходів, спрямованих на вдосконалення методів і засобів навчання під час занять з фізичного виховання [10, 12].

Фізичне виховання у вищому навчальному закладі – це складний педагогічний процес, метою якого є формування фізичної культури особистості, здатної самостійно організувати і вести здоровий спосіб життя. Це єдина дисципліна, яка навчає студентів зберігати і зміцнювати своє здоров'я, підвищувати рівень фізичної підготовленості, розвивати і удосконалювати життєво важливі фізичні якості та рухові уміння та навички [14].

Всебічний розвиток особистості, тобто розвиток фізичних і духовних сил, творчих здібностей є найважливішим завданням вищої школи. Перед вищими навчальними закладами стоїть важлива задача прилучення студентів до систематичних занять фізичними вправами, підвищення працездатності, покращення їх підготовки до професійної діяльності, формування рухових навичок і стійких звичок до занять

фізичною культурою, виховання у них колективізму, патріотизму, цілеспрямованості [7].

Аналіз сучасних педагогічних досліджень свідчить про те, що формування навчальної мотивації – це одна з найгостріших проблем вищої школи. Загальновідомо, що будь-яка діяльність проходить більш ефективно, коли вона більш мотивована. Іншими словами, мотивація – це прагнення людини щось робити [2].

На думку таких вчених як Г.І. Гончар [4], Т.Ю. Круцевич [8], О.Ю. Марченко [9], заняття з фізичного виховання найбільш ефективні тоді, коли участь у них викликана відповідними мотивами.

Навчання студентської молоді може бути успішним тільки в тому випадку, коли досягнення мети навчання стане домінуючим мотивом педагогічного процесу з фізичного виховання. Головною умовою формування мотивації є включення студентів у відповідну навчальну діяльність. У такому разі мотиви навчання стають домінуючими, а навчання – активним та свідомим [10, 12].

Проблема мотивації досить актуальна для сьогодення і висвітлена у цілому ряді робіт. Зокрема, мотиваційну основу навчання

студентів досліджували Р. Бака і А. Шпаков [1], О.О. Біліченко [2], Л. Долженко, Д. Погребняк [5], Є.А. Захаріна [6], О.Ю. Марченко [9], Н.В. Підбуцька [13], В.В. Цибульська [15] та ін. Достатня кількість досліджень стосується мотивації до занять різними видами спорту [2].

Загальновідомо, що заняття фізичною культурою і спортом сприяють формуванню у студентської молоді здорового способу життя, а також духовному і фізичному розвитку. До того ж фізичні вправи позитивно впливають на здоров'я, підвищують нервово-психічну стійкість до емоційних стресів, підтримують високу фізичну і розумову працездатність. Тому формування мотивації студентів до занять фізичною культурою та спортом має стати одним із перспективних напрямів роботи закладів освіти, у тому числі вишів [11].

Таким чином, на сьогоднішній день, першочерговим завданням є пошук раціональних підходів у фізичному вихованні та оздоровленні студентів з урахуванням їх мотивації до занять фізичною культурою. У зв'язку з вищевикладеним тема даного дослідження є актуальною.

Дослідження, які складають основний зміст цієї роботи, виконано згідно з держбюджетною темою «Розробка та реалізація оздоровчих інноваційних технологій у фізичному вихованні різних груп населення» (№ держ. реєстрації 0116U003476).

Мета дослідження – визначити особливості прояву мотивації до занять фізичною культурою і спортом у юнаків і дівчат, які навчаються у вищому навчальному закладі.

Методи дослідження: аналіз та узагальнення літературних джерел, педагогічне спостереження, анкетування, педагогічне тестування, педагогічний експеримент, методи математичної статистики.



Таблиця 2

Інтереси та вподобання студентів, %

Запитання	Варіант відповіді	I курс		II курс	
		Ю (n=27)	Д (n=32)	Ю (n=24)	Д (n=40)
Фізичні вправи, яким студенти відають перевагу	Силові	25,0	12,0	25,0	15,8
	Швидкісно-силові	12,5	14,0	16,5	10,5
	На швидкість	11,0	14,0	13,5	7,4
	На координацію	15,6	10,5	13,5	19,0
	На гнучкість	6,2	27,0	6,0	23,1
	На витривалість	14,1	10,5	16,5	12,6
	На рівновагу	15,6	12,0	9,0	11,6
Вид спорту, яким віддають перевагу студенти	Легка атлетика	10,6	12,5	8,1	9,1
	Плавання	8,5	13,6	10,2	11,6
	Важка атлетика	8,5	2,3	8,1	1,6
	Види боротьби	12,8	8,0	16,3	3,3
	Спортивні ігри	25,6	23,8	22,6	19,0
	Бодібілдинг	12,8	1,1	14,3	3,3
	Аеробіка	-	10,2	-	14,9
	Фітнес	2,1	16,0	2,0	21,6
	Аквааеробіка	-	2,3	-	5,0
	Зимові види	8,5	6,8	4,1	7,4
	Веслування	2,1	-	4,1	1,6
	Інші	8,5	3,4	10,2	1,6

Результати дослідження та їх обговорення. Дослідження проводилися на базі ДВНЗ «Придніпровська державна академія будівництва та архітектури» (ПДАБА). У дослідженнях взяли участь 123 студента (72 дівчини та 51 юнак) 17-18 років, які навчалися на першому та другому курсах.

Для визначення мотивів, інтересів і захопленнь студентів під час проведення вільного часу та визначення того, місце, яке займає фізична культура та спорт в їх дозвіллі, нами було використане анкетування.

У результаті анкетування було виявлено, що лише 32,7% юнаків і 39,6% дівчат займаються фізичною культурою і спортом у позанавчальний час. Високий відсоток студентів, яким не подобаються заняття з фізичного

виховання, свідчить про те, що у вищому навчальному закладі мотиваційному фактору приділяється недостатньо уваги.

Серед причин, з яких студенти не займаються фізичною культурою і спортом, відмітили такі: не мають бажання 20,0% юнаків I курсу, 33,0% юнаків II курсу і 66,6% дівчат I курсу, 25,0% дівчат II курсу. За станом здоров'я не можуть займатися 60,0% юнаків I курсу 16,7% дівчат I курсу, 42,0% дівчат II курсу. Серед інших причин, з яких студентська молодь не займається фізичною культурою і спортом, студенти ПДАБА відзначили: відсутність вільного часу, фінансову неспроможність оплачувати заняття.

Свідоме ставлення до занять фізичним вихованням у вищому навчальному закладі визначено у відповідях на питання про те, чи

можна досягти високого рівня фізичної підготовленості та фізичного здоров'я відвідуючи тільки заняття з фізичного виховання. Негативно відповіли на нього 63,0% юнаків I курсу та 87,5% юнаків II курсу, 78,0% та 80,0% дівчат I та II курсів.

Значна частина опитаних намагаються не пропускати заняття (41,0% юнаків та 40,6% дівчат I курсу; 37,5% та 40,0% відповідно II курсу).

У таблиці 1 подано дані щодо пріоритетних мотивів до занять фізичною культурою і спортом юнаків та дівчат 17-18 років.

Дослідження показало, що більшість студентів під час визначення мотиву не обмежуються однією відповіддю, вибираючи у більшості випадків дві, або навіть більшу кількість цілей.

Перше місце у дівчат ПДАБА займає мотив підвищення фізичної підготовленості та покращення здоров'я (17,5% - I курс і 19,5% - II курс), а у юнаків пріоритетним виявився мотив підвищення фізичної підготовленості (20% - I курс і 21,0% - II курс).

Подальші мотиви студентів різняться. Найменш пріоритетними мотивами до занять фізичними вправами є мотиви досягнення високих спортивних результатів та участь у змаганнях у юнаків I курсу, нормалізування маси тіла та спілкування з друзями у юнаків II курсу; у дівчат I курсу – це мотив самоствердження, II курсу – участь у змаганнях та спілкування з друзями.

Аналізуючи інтереси студентів до занять фізичною культурою і спортом, ми визначали, яким фізичним вправам віддають перевагу студенти, та які види спорту їм подобаються (табл. 2).

Отримані дані свідчать, що перевагу силовим вправам (25,0%) віддають юнаки як I так і II курсів, що пов'язане з бажанням мати атлетичну статуру. Дівчата віддають перевагу вправам на гнучкість (27,0% - I курс і 23,1% - II курс).



Взаємозв'язок між бальною оцінкою фізичної підготовленості та мотивами студентів, %

Питання	Варіант відповіді	I курс			II курс		
		Відм. (n=2)	Добре (n=12)	Задов. (n=13)	Відм. (n=1)	Добре (n=11)	Задов. (n=12)
Чи вважаєте Ви, що фізична підготовка потрібна для оволодіння Вашою професією?	так	100,0	83,3	23,0	100,0	90,9	58,3
	ні	–	16,7	77,0	–	9,1	41,7
На вашу думку, Ви дотримуетесь принципів здорового способу життя?	так	50,0	33,3	–	–	9,1	–
	часто	50,0	58,4	15,5	100,0	36,4	25,0
	іноді	–	8,3	23,0	–	54,5	50,0
	ні	–	–	61,5	–	–	25,0

Таблиця 4

Взаємозв'язок між бальною оцінкою фізичної підготовленості та мотивами студенток, %

Питання	Варіант відповіді	I курс			II курс		
		Відм. (n=2)	Добре (n=12)	Задов. (n=13)	Відм. (n=1)	Добре (n=11)	Задов. (n=12)
Чи вважаєте Ви, що фізична підготовка потрібна для оволодіння Вашою професією?	так	100,0	85,7	23,0	83,3	76,5	29,4
	ні	–	14,3	77,0	16,7	23,5	70,6
На вашу думку, Ви дотримуетесь принципів здорового способу життя?	так	80,0	50,0	–	66,7	5,9	–
	часто	20,0	42,9	23,0	33,3	53,0	5,9
	іноді	–	7,1	15,5	–	35,2	64,7
	ні	–	–	61,5	–	5,9	29,4

Серед запропонованих видів спорту, майже всі студенти віддають перевагу спортивним іграм (25,6% – юнаки I курсу, 22,6% – юнаки II курсу та 23,8% – дівчата I курсу) і лише дівчата II курсу (21,6%) відзначили фітнес як вид спорту, який найбільше подобається.

У ході нашого дослідження нами було проаналізовано взаємозв'язок між бальною оцінкою фізичної підготовленості та мотивами, інтересами студентів (табл. 3, 4).

Свідоме ставлення до занять фізичним вихованням у вищому навчальному закладі визначено у відповідях на питання про те, чи потрібна фізична підготовка для оволодіння вашою професією. Позитивно відповіли на нього

більшість студентів, які отримали оцінку «відмінно» та «добре».

Більшість студентів (до 77,0%), – як юнаків, так і дівчат, які мають оцінку «задовільно», вважають, що фізична підготовка їм не потрібна для оволодіння їх професією, але кількість таких студентів від I до II курсу зменшується.

Як відомо, факторами, які впливають на формування мотивації до занять фізичною культурою, стають спосіб життя і вміння правильно розподіляти вільний час на різні види занять.

Аналіз відповідей свідчить про те, що велика кількість студентів I курсу (до 61,5%), які отримали задовільну оцінку, не дотримуються принципів здорового способу життя. В проце-

сі занять у вищому навчальному закладі ця кількість зменшується (25,0% та 29,4% відповідно).

Значна частина опитаних невірно оцінюють свій рівень фізичної підготовленості та здоров'я.

Таким чином, метою діяльності кафедр фізичного виховання має стати створення умов і формування у студентів навичок самовдосконалення на тлі розвитку мотивації, інтересу до фізичної культури і стану власного здоров'я.

Отже, у ході нашого дослідження нами були визначені шляхи формування інтересу та мотивації до занять фізичним вихованням студентів вищих навчальних закладів:

- враховувати в організації занять інтереси тих, хто займається;



- використання нових форм занять і інформаційних технологій, активних методів тощо;

- збільшити кількість спортивних секцій з найбільш популярних видів спорту серед студентів;

- проведення індивідуальних бесід і консультацій під час занять у спортивних секціях;

- організація самостійного вивчення студентами у позанавчальний час теоретичного розділу програми шляхом використання комп'ютерних сайтів.

Вирішення цих проблем дозволить істотно підвищити ефективність фізичного виховання, домогтися високої зацікавленості студентів у заняттях, сформувати їх потребу до регулярних занять фізичними вправами, підвищити їх фізичну підготовленість і зберегти здоров'я, оскільки студентська молодь – це майбутнє нашої країни.

Висновки

1. Мотивація до занять фізичною культурою та її цілеспрямоване формування є актуальною проблемою сьогодення, у постановці якої можна виокремити філософські, педагогічні, медичні, фізіологічні й інші аспекти дослідження. Формування мотивації залежить не лише від об'єктивних, але й від суб'єктивних факторів, рівня свідомості та загальної культури людини.

2. У результаті анкетування студентів було визначено, що мотиви до занять фізичною культурою і спортом відрізняються залежно від статі. Перше місце у дівчат займає мотив підвищення фізичної підготовленості та покращення здоров'я, а у юнаків пріоритетним виявився мотив підвищення фізичної підготовленості.

3. Виявлено причини, які заважають займатися спортом студентам, серед них: відсутність бажання, за станом здоров'я, відсутність вільного часу, фінансову неспроможність оплачувати заняття.

4. Аналізуючи інтереси студентів до занять фізичним вихованням і спортом, ми визначали, що юнаки як I, так і II курсів перевагу віддають силовим вправам, що пов'язане з бажанням мати атлетичну статуру. Дівчата віддають перевагу вправам на гнучкість. Серед запропонованих видів спорту майже всі студенти віддають перевагу спортивним іграм і лише дівчата II курсу відзначили фітнес як вид спорту, який найбільше подобається.

5. У ході дослідження було встановлено взаємозв'язок між бальною оцінкою фізичної підготовленості та мотивами, інтересами студентів. Студенти, які мають оцінку «задовільно» з дисципліни фізичне виховання, невірно оцінюють свій рівень фізичної підготовленості та здоров'я, не дотримуються принципів здорового способу життя та вважають, що фізична підготовка їм не потрібна для оволодіння професією.

6. Визначені шляхи формування інтересу та мотивації до занять з фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів: врахування в організації занять інтересів студентів; використання нових форм занять і інформаційних технологій; збільшити кількість спортивних секцій з найбільш популярних видів спорту серед студентів; проведення індивідуальних бесід і консультацій зі студентською молоддю; організація самостійного вивчення студентами у позанавчальний час теоретичного розділу програми шляхом використання комп'ютерних сайтів.

Література

1. Бака Р. Сравнительная оценка физической подготовленности как фактор мотивации студентов к физической активности / Р. Бака, А. Шпаков // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2008. – № 3. – С.8-11.

2. Биличенко Е.А. Гендерные особенности формирования мотивации к занятиям физическим воспитанием у студентов : дис. ... канд. наук по физ. воспитанию и спорту : 24.00.02 / Е.А. Биличенко / Днепропетровский государственный институт физической культуры и спорта. – Днепропетровск, 2014. – 293с.

3. Винник В.Д. Особливості формування інтересу та мотивації до занять фізичним вихованням / Винник В.Д. // Теорія та методика фізичного виховання. – 2010. – № 12. – С.39-42.

4. Гончар Г.И. Формирование мотивации студентов институтов физической культуры к профессионально-прикладной физической подготовке : монография / Г.И. Гончар. – Умань : ПП Жовтий О.О., 2014. – 238с.

5. Долженко Л. Формування мотивації до рухової активності студентської молоді з різним рівнем фізичного здоров'я / Л. Долженко, Д. Погребняк // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2014. – №4. – С.52-56.

6. Захаріна Є.А. Формування мотивації до рухової активності у процесі фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Є.А. Захаріна. – К., 2008. – 21с.

7. Косівська А.В. Формування здорового способу життя студентської молоді засобами фізичного виховання // А.В. Косівська, А.С. Ровний. – XV Міжнародна науково-практична конференція «Фізична культура, спорт та здоров'я». – 2015. – С.157-159.



8. Круцевич Т.Ю. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення: навч. посібник / Т.Ю. Круцевич, Г.В. Безверхня. – К.: Олімпійська література, 2010. – 248с.
9. Марченко О.Ю. Формування ціннісних категорій особистості фізичної культури у студентської молоді : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / О.Ю. Марченко. – Дніпропетровськ, 2010. – 20с.
10. Москаленко Н. Технологія формування ціннісного ставлення у студентів до самостійних занять фізичною культурою / Н. Москаленко, Н. Корж // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2016. – №1. – С.201-206.
11. Нестерова Т.В. Структура мотивації до занять з фізичного виховання і спорту студентів вищих навчальних закладів / Т.В. Нестерова, А.А. Павлюк // Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції «Фізична культура і спорт у сучасному суспільстві: досвід, проблеми, рішення». – К., 31.10.2014. – С. 51-58.
12. Павленко Т.В. Визначення рівня мотивації та ставлення студентів до занять з фізичного виховання у вищих навчальних закладах / Павленко Т.В. //Режим доступу: files.figshare.com/1173542/10Pavlenko.pdf
13. Підбуцька Н.В. Мотиваційна основа учіння майбутнього інженера / Н.В. Підбуцька // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2007. – № 1. – С.94-98.
14. Сичов С.О. Сучасні підходи прилучення студентської молоді до цінностей фізичної культури / Сичов С.О. // Вісник НТУУ “КПІ”: Філософія. Психологія. Педагогіка. – К., 2010. – Вип. 2. – С.185-187.
15. Цибульська В.В. Формування мотивації до професійно-прикладної фізичної підготовки студентів педагогічних спеціальностей на різних формах навчання: дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / В.В. Цибульська / Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту. – Дніпропетровськ, 2015. – 262с.

