



в традиціях, звичаях, обрядах і неусвідомлених переконаннях людини стосовно ставлення до власного народу, а також на основі функціонування свідомості й самосвідомості, які забезпечують формування національної свідомості та усвідомлення себе громадянином, патріотом, який має власну громадянську позицію.

**Висновки з проведеного дослідження.** Патріотичне виховання пов'язане із загальним рівнем культури як особистісної властивості, що виявляється в об'єктивному та суб'єктивному аспектах функціонування. Активні тенденції до впровадження засад патріотичного виховання виявляються у вивченні стану функціонування та загального розвитку інтелектуальної, моральної, емоційно-вольової й ціннісної сфер особистості майбутнього фахівця. Це дає змогу розвивати духовно-моральні цінності, уважне ставлення до власного організму, що має загальносуспільне значення, оскільки виявляється в належності до певного народу, нації, етносу тощо.

Окреслені тенденції, попри актуальність вивчення, не потрактовані належним чином у науковій літературі, тому вбачаємо нагальну потребу в з'ясуванні теоретико-методологічних засад системи патріотичного виховання майбутніх учителів фізичної культури, оскільки вчителі цієї галузі педагогічної діяльності інтегрують аналізовані засади, водночас застосовують для цього суттєво інші методи, не тільки активізуючи

інтелектуальну сферу, а й зміцнюючи здоров'я молодого покоління.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Ариарский М.А. Прикладная культурология на службе развития личности / М.А. Ариарский // Педагогика. – 2001. – № 8. – С. 9–11.
2. Ващенко Г. Праці з педагогіки та психології / Г. Ващенко. – К. : Школяр-Фада ЛТД 2000. – 414 с.
3. Дем'яненко Н.М. Нова педагогічна свідомість і вітчизняний історико-педагогічний досвід / Н.М. Дем'яненко // Педагогіка і психологія. Вісник АПН України. – 2000. – № 2. – С. 81–89.
4. Красильник Ю.С. Патріотичне виховання військовослужбовців збройних сил України засобами української етнопедагогіки : дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.04 / Ю.С. Красильник. – К., 2002. – 254 с.
5. Макаренко А.С. Педагогические сочинения : в 8 т. / А.С. Макаренко. – М. : Педагогика, 1983.
6. Матукова Г.І. Формування фізичної культури студентів вищих навчальних закладів у позааудиторний час : дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.04 / Г.І. Матукова. – Кіровоград, 2005. – 171 с.
7. Стельмахович М.Г. Українська родинна педагогіка / М.Г. Стельмахович. – К. : ІСДО, 1996. – 288 с.
8. Сухомлинський В.О. Вибрані твори : в 5 т. / В.О. Сухомлинський. – К. : Рад. школа, 1976.
9. Українська минувшина. Ілюстр. етнографічний довідник / [А.П. Пономарьов, Л.Ф. Артюх, Т.В. Косміна та ін.]. – 2-е вид. – К. : Либідь, 1994. – 256 с.
10. Фіцула М.М. Педагогіка / М.М. Фіцула. – К. : Академія, 2002. – 528 с.
11. Фридман Л.М. Психологія виховання / Л.М. Фридман. – М. : Сфера 2000. – 202 с.

УДК 796.012

## ВПРОВАДЖЕННЯ МОТИВАЦІЙНИХ ЗАХОДІВ ЩОДО РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Хрипко Л.В., к. н. із фіз. виховання та спорту, доцент,  
завідувач кафедри фізичного виховання  
Дніпропетровський державний університет

Ластовкін В.А., старший викладач кафедри фізичного виховання  
Дніпропетровський державний університет внутрішніх справ

У статті досліджено формування мотивації студентів до рухової активності, розглянуто ставлення студентів до фізичної культури і рівень їх фізкультурно-спортивної активності, наведено шляхи формування інтересу і мотивації до занять фізичним вихованням студентів, розкрито проблему формування мотивації студентів під час занять фізичного виховання.

**Ключові слова:** мотивація, потреби, фізична культура, студенти.

В статье исследовано формирование мотивации студентов к двигательной активности, рассмотрено отношение студентов к физической культуре и уровень их физкультурно-спортивной активности, приведены пути формирования интереса и мотивации к занятиям физическим воспитанием студентов, раскрыта проблема формирования мотивации студентов во время занятий физического воспитания.

**Ключевые слова:** мотивация, потребности, физическая культура, студенты.



## Khrypko L.V., Lastovkin V.A. IMPLEMENTATION OF MOTIVATIONAL MEASURES ON MOTOR ACTIVITY OF STUDENT YOUTH

The article studies the formation of student's motivation to efferent activity, student's attitude to physical culture is analyzed, as well as to their sports activity, the ways of formation of interest and motivation to classes with the help of physical education, the problem of formation of students' motivation during physical education classes is revealed.

*Key words:* motivation, needs, physical culture, students.

**Постановка проблеми.** Проблема формування мотивації – одна з важливіших умов успішності у досягненні результатів. Мотиваційний компонент приховує в собі великі можливості. Як свідчать дослідження психологів, мотиваційна сфера більш динамічна, ніж пізнавальна та інтелектуальна. Але порівняна динамічність має позитивні і негативні сторони. І якщо нею не управляти, то може бути регрес мотивації, зниження її рівня і взагалі може бути втрачена дієвість.

**Постановка завдання.** Мета статті полягає у вивченні технології визначення мотиваційних потреб до занять фізичною культурою студентів, пріоритетів форм і видів фізичної активності з метою перетворення її на мотиви діяльності, що сприятиме фізичному розвитку, покращенню фізичного, психічного та соціального здоров'я. Завданнями на цьому етапі дослідження є:

1. Вивчити педагогічні умови формування мотивації студентів у процесі фізичного виховання за даними літератури.

2. З'ясувати ставлення студентів до різних форм і видів занять із фізичного виховання.

3. Визначити специфіку взаємозв'язку мотивації студентів із рівнем їх рухової активності і показниками фізичного здоров'я.

4. Дослідження структури поетапного формування мотивації студентської молоді до рухової активності й оцінити її ефективність.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Упродовж останніх років одним із найважливіших елементів модернізації освіти є гуманізація та особистісна її орієнтація. Ця обставина підвищує інтерес не тільки до знань, якими володіє людина, але й до її фізичного, психічного стану, ступеню реалізації можливостей. Фізична культура, будучи невід'ємною частиною загальної і фахової культури майбутніх спеціалістів, має забезпечувати біологічний потенціал життєдіяльності людини, необхідний для гармонійного розвитку, прояву соціальної активності та творчої праці. Тому необхідною передумовою успішної реалізації фізичного виховання у ВНЗ є формування у студентської молоді позитивних мотиваційних установок та потреби у регулярних

заняттях фізичними вправами і спортом. Мотиваційна сфера, що включає в себе мотиви, інтереси, потреби, є рушійною силою для рухової активності студентів, надаючи процесу фізичного виховання дійову спрямованість та суб'єктивно значущу цінність. Саме тому вивчення мотивів, потреб та інтересів студентів до занять фізичною культурою є однією з актуальних соціально-педагогічних проблем навчально-виховного процесу у вищій школі.

Проблема мотивації студентів до фізкультурно-оздоровчої діяльності розглядається в дослідженнях Н. Завидівської, П. Дуркіна, М. Лебедева, Л. Лубишевої, Р. Стасюка тощо. Результати досліджень свідчать, що заняття фізичною культурою найбільш ефективні лише тоді, коли участь у них викликана відповідними мотивами.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Нині є різні тлумачення сутності мотивів. Мотив визначається як «спонукальна причина дій і вчинків людини» [5, с. 244], «сформоване підґрунтя для власного вчинку» «усвідомлена причина активності людини, спрямована на досягнення мети» [8, с. 123].

Термін «мотивація» є більш широким поняттям, ніж «мотив».

У психолого-педагогічній літературі цей феномен трактується як: «сукупність факторів, що підтримують і направляють, тобто визначають поведінку» [4, с. 222], «сукупність мотивів» [1, с. 64], «процес психічної регуляції певної діяльності» [9, с. 342], «складний процес керування напрямком та інтенсивністю зусиль» [11, с. 113], «процес формування мотиву» [7, с. 244]. В Українському педагогічному словнику поняття «мотивація» визначається як «система мотивів або стимулів, яка спонукає людину до конкретних форм діяльності або поведінки» [5, с. 245].

Мотив – це побудник до дії, вчинку, діяльності. Будучи спонукальною причиною, він додає поведінці людини певний напрям і змушує діяти саме так, а не інакше. З проблемою мотиву людина постійно стикається в повсякденному житті, хоча не завжди усвідомлює це. Мотив не тільки визначає її поведінку, але великою мірою зумовлює кінцевий результат діяльності. Мотиваційна людина більш ефективно реалізує свою справу, а головне, вона здатна



на максимальну віддачу своїх духовних і фізичних сил, якщо цього вимагає досягнення поставленої мети. Намагаючись пояснити те, що детермінує поведінку людей, ми дуже часто піддаємося спокусі звести все до явищ, які лежать на поверхні. Бажання чи небажання, яке переживає людина, автоматично ототожнюються з мотивом.

З огляду на це можна сказати, що поняття «мотивація» пояснює цілеспрямованість дії людини, організованість і стійкість її діяльності, спрямованої на досягнення певної мети.

Невід'ємною частиною педагогічного процесу є спонукальна сторона, в основу якої покладено принцип свідомості та активності: ніщо не може бути введене у свідомість людини з пасивним або негативним ставленням [3, с. 28]. Вченими доведено, що усвідомлене ставлення до занять фізичними вправами та позитивний ефект від них спостерігається там, де студенти добре знають, з якою метою їм треба займатися руховою активністю, якого рівня фізичної підготовленості вони хочуть досягти і яку користь від цього отримують.

Аналізуючи вищезазначене, можна припустити, що під мотивацією до занять фізичною культурою розуміється система мотивів, які спонукають студентів до фізичного самовдосконалення. Тому фізкультурно-оздоровча діяльність студентів – це свідомо активність, яка спрямована на розвиток, удосконалення і підтримку на оптимальному рівні фізичної підготовленості, функціонального стану організму на основі індивідуальних потреб та можливостей людини.

Мотивація до будь-якої діяльності людини спрямована у бік зменшення внутрішнього емоційного напруження і формується визначеними потребами. Потреба – це необхідність чи нестача чогось в організмі особистості, тобто внутрішній рушій активності [8, с. 125]. А. Маслоу розробив ієрархію потреб у вигляді «піраміди», поділивши їх на п'ять рівнів [10, с. 344]. Фізичне виховання, будучи важливим компонентом вищої освіти, може частково задовольнити ці потреби. В основі «піраміди» знаходяться фізичні потреби (потреба в русі, відпочинку, диханні, їжі тощо). Фізичне виховання як один із засобів забезпечення необхідного рівня рухової активності задовольняє потребу студентів у русі. Другий рівень – потреба в безпеці (захист від природних явищ, соціальної агресії, несправедливості тощо). На заняттях можна формувати навички самозахисту (розвиток сили, швидкості бігу, координації рухів тощо). Диференціація навчального процесу, взаємоповага і співпраця викладача зі студентами ча-

стково задовольняє афіліацію (любов, повага, належність до певної групи та ін.). Фізкультурно-оздоровча діяльність дає змогу проявити себе шляхом отримання певних результатів чи здобуттям фізичної кондиції, покриваючи потреби (самоствердження, визнання, статус тощо). Найвищою в піраміді є потреба в самоактуалізації (самореалізація, реалізація індивідуального потенціалу тощо). На заняттях фізичного виховання проявляється бажання покращити стан фізичного розвитку, підвищити фізичну підготовленість, оволодіти новими навичками тощо.

Певна потреба людини формує відповідний мотив і спонукає її до певних вчинків, що супроводжуються внутрішньою і зовнішньою руховою активністю з метою звільнення від внутрішньої напруги. Починаючи пошук шляхів вирішення проблеми, у людини з'являється мета і визначені напрями активності.

П. Дуркін, М. Лебедева вважають, що мотивація формується і змінюється в процесі навчальної діяльності студента. Це пов'язано з появою нових мотивів, інтересів, потреб і емоцій, які вступають у нові відносини один з одним [6, с. 49]. Тому становлення мотивації до занять фізичними вправами є процес ускладнення структури мотиваційної сфери.

Аналіз літератури свідчить, що на формування мотивації до занять із фізичного виховання впливають зовнішні і внутрішні фактори [6, с. 50]. До зовнішніх умов належать: зміст занять, методи навчання і розвитку рухових якостей, діяльність і педагогічна майстерність викладача фізичного виховання, матеріально-технічне оснащення фізкультурно-спортивної бази вищого навчального закладу, психологічний клімат у групі. До внутрішніх умов належать якісні зміни у психічному розвитку, структурні психологічні новоутворення: бажання, інтерес, захоплення.

Г. Безверхня і М. Маєвський відзначають, що пріоритетними мотивами студентів у фізкультурно-оздоровчій діяльності є: задоволення студентів від самого процесу фізкультурної діяльності (емоційність, новизна, динамічність тощо); отримання підвищених результатів у процесі занять вибраним видом фізичної культури (придбання знань, умінь, навичок тощо); нові перспективи в процесі фізкультурно-оздоровчої діяльності (фізична досконалість, працьовитість, виховання характеру, волі тощо) [2, с. 11].

Головними засобами мотивації, що мають використовуватися викладачем у процесі фізичного виховання, є мотивування і стимули.





Мотивування становить сукупність фактів, аргументів, доведень, що використовуються викладачем для переконання студентів у важливості кожного завдання і предмета загалом. Зрештою студент має усвідомити мету навчальної дії, водночас його репродуктивні навчальні дії перетворюються на усвідомлену навчальну діяльність. Мотивування має відповідати низці вимог: відповідати рівню розвитку особи; бути наочним; враховувати інтереси та пріоритети студентів; бути доступним для сприйняття; нести як особистий, так і суспільно корисний сенс. Сильним стимулом до фізкультурно-оздоровчої діяльності може бути заохочення з боку викладача. Особливо ефективним є сполучення мотивації і стимуляції навчальної діяльності.

Головну роль у навчальній діяльності виконує один із сильнодіючих мотивів – інтерес. Інтерес – позитивне емоційне прагнення людини до пізнання та занять певною діяльністю [8, с. 186]. Розрізняють інтереси епізодичні та постійні. Епізодичні інтереси виникають та існують лише в конкретних умовах, на відміну від постійних, які зберігаються навіть у несприятливих умовах, і саме вони відіграють основну роль у підтримці та розвитку активності студентів [6, с. 50].

На наш погляд, для формування стійкого інтересу необхідно використання таких прийомів: новизна і різноманітність методів, засобів фізкультурно-оздоровчої діяльності; постановка конкретних та доступних завдань та забезпечення точного розуміння кожним студентом окремого навчального завдання, розділу, курсу загалом; застосування ігрового і змагального методів на етапі удосконалення фізичних вправ; регулярний контроль досягнень студентів у засвоєнні ними знань, розвитку рухових умінь і навичок; широке використання наочних і технічних засобів навчання, нестандартного обладнання та інвентарю; музичний супровід занять.

Аналіз літератури та власний досвід практичної діяльності свідчать, що проблема формування позитивної мотивації до фізкультурно-оздоровчої діяльності студентів вищих навчальних закладів є досить актуальною. З причин багатофакторності мотивації та різної професійної направленості навчальної діяльності студентів на сьогодні не існує єдиної точки зору на вирішення цієї проблеми і під час розгляду будь-якого навчального процесу потребує свого вирішення.

Подальші дослідження передбачається провести у напрямі вивчення мотивів, потреб, інтересів та визначення засобів фізичного виховання, спрямованих на по-

кращення стану фізичного розвитку та фізичної підготовленості студентів.

#### **Висновки з проведеного дослідження.**

1. Формування мотивованого прагнення розвивати свої фізичні та духовні сили і можливості є важливим завданням фізичного виховання; прагнення людини до здорового способу життя варто розглядати як складову частину загальної культури особистості.

2. Правильне розуміння мотивів, досить високий рівень активності на заняттях, успіх в оволодінні окремими видами вправ формують активний пізнавальний інтерес студентів до різних видів спортивної діяльності, що виступає діючим мотивом.

#### **ЛІТЕРАТУРА:**

1. Аверин В.А. Психология личности: [учебн. пособие] / В.А. Аверин. – СПб.: Изд-во Михайлова В. А., 1999. – 89 с.
2. Безверхня Г.В. Формування ціннісних орієнтацій у процесі фізичного виховання студентів / Г.В. Безверхня, М.І. Маєвський // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: зб. наук, праць за ред. С.С. Єрмакова. – 2010. – № 1. – С. 10–12.
3. Волков В.Л. Основи теорії та методики фізичної підготовки студентської молоді: [навч. посібник] / В.Л. Волков. – К: «Освіта України», 2008. – 256 с.
4. Годфруа Ж. Что такое психология: в 2-х т. / Ж. Годфруа; [пер. с франц. Н.Н. Алипова]. – М.: «Мир», 1992. – Т. 1. – 496 с.
5. Гончаренко С.У. Український педагогічний словник / С.У. Гончаренко. – К: Либідь, 1997. – 376 с.
6. Дуркин П.К. К проблеме изучения мотивационно-потребностной сферы школьников и студентов как основы воспитания у них физической культуры / П.К. Дуркин, М.П. Лебедева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2005. – № 6. – С. 48–52.
7. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2002. – 508 с.
8. Круцевич Т.Ю. Рекреация у физической культуре разных групп населения [навч. посібник] / Т.Ю. Круцевич, Г.В. Безверхня. – К.: Олімпійська література, 2010. – 248 с.
9. Канішевський С.М. Умови, стан і перспективи розвитку фізичного виховання у ВУЗах України / С.М. Канішевський, Р.Т. Раєвський // Теорія і практика фізичного виховання. – 2008. – № 1. – С. 139–145.
10. Маслоу А. Мотивация и личность / А. Маслоу. – СПб.: Евразия, 2001. – 475 с.
11. Хрипко Л.В. Теоретичний аспект проблеми вивчення мотивації до фізкультурно-оздоровчої діяльності студентів / Л.В. Хрипко // Міжнародна науково-практична конференція «Історія та сучасний стан педагогічних та психологічних наук» (7 листопада 2014 р., м. Київ). – С. 45–49.
12. Узйнберг Р.С. Основы психологии спорта и физической культуры / Р.С. Узйнберг, Д. Гоулд; пер. с англ. Г. Гончаренко]. – К.: Олимпийская литература, 2001. – 334 с.