

## МОТИВАЦІЙНО-ЦІННІСНІ ОРІЄНТИРИ, ЩО ВИЗНАЧАЮТЬ СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМ ВИХОВАННЯМ

*У статті досліджено ставлення студентів до фізичного виховання і спорту як явища громадського життя, виявлено пріоритетні мотиви, що спонукають студентів до занять, і їх потребнісно-мотиваційні орієнтації в галузі фізичного виховання. Наголошено на необхідності підвищення мотивації студентів до занять на основі власного вибору спрямованості занять відповідно до їх інтересів, можливостей і потреб.*

**Ключові слова:** студенти, фізичне виховання, мотиваційно-ціннісні орієнтири, мотивація, інтерес.

Проблема збереження та зміцнення здоров'я підростаючого покоління є однією з найважливіших для людського суспільства. Сьогодні засоби масової інформації закликають до зміцнення здоров'я підростаючого покоління, однак соціальне середовище та реальна практика свідчать про погіршення здоров'я молоді, загострення серцево-судинних та інших хронічних й інфекційних захворювань.

Останнім часом істотно знизилася мотивація до регулярних занять фізичною культурою і спортом, унаслідок чого спостерігається зниження відвідуваності навчальних занять з фізичного виховання і, як наслідок, погіршення рівня фізичної підготовленості та стану здоров'я студентів ВНЗ [1].

Як свідчать численні дослідження фахівців у галузі фізичного виховання студентів, сучасна молодь стає фізично слабкішою, а розвиток рухових здатностей молодих людей не відповідає рівню сучасних вимог [3; 4; 8].

Студентство на початковому етапі навчання найбільше потребує збільшення рухової активності. Нинішні студенти – це основний трудовий резерв нашої країни, майбутні батьки, і їхнє здоров'я та благополуччя є запорукою здоров'я та благополуччя всіх націй [5].

У перші роки навчання студенти стикаються з такими труднощами, як велике навчальне навантаження, проблеми в соціальному та міжособистісному спілкуванні, а також невисока рухова активність.

Низька рухова активність студентів пов'язана з відсутністю в них мотиваційно-ціннісних орієнтирів, які визначають усвідомлене ставлення до занять фізичною культурою, формують потребу в щоденних фізичних вправах, сприяють фізичній і професійній досконалості, створюють передумови для організації позитивного комунікативного середовища, а також позитивного емоційного статусу.

В основі мотиваційно-ціннісних орієнтирів лежать мотиви, що спонукають до занять фізичною культурою, й інтереси студентів.

На сьогодні першочерговим завданням є пошук раціональних підходів у фізичному вихованні та оздоровленні студентів з урахуванням їх мотивації до занять.

Мотивація – це рушійна сила людської поведінки, вона міститься в усіх її основних структурних утвореннях: спрямованості особистості і характеру, емоціях, здатностях, психічних процесах і діяльності. Мотивація визначає змістову вибірковість процесів, динаміку спонукання, інтенсивність і тривалість процесу [2]. Як мотиви виступають у взаємозв'язку потреби й інтереси, прагнення та емоції, установки й ідеали [6].

Мотивація має велике значення для успішної діяльності. Ефективна робота викладача з фізичної підготовки багато в чому визначається тим, як він розуміє сутність мотивації, зокрема чинники, що впливають на неї, а також методи її підвищення.

За своєю сутністю мотивація – широке поняття, яке охоплює складний процес керування спрямованістю та інтенсивністю зусиль. Психологи розглядають мотивацію з різних специфічних позицій, виділяючи внутрішню й зовнішню, мотивацію досягнення та змагального стресу. Ці компоненти є складовими більш загального визначення мотивації.

Знати причини, які спонукають особистість займатися фізичною культурою, недостатньо для підвищення мотивації. Кожний студент має власні індивідуальні мотиви, що спонукають його займатися фізичною культурою, і вмілий керівник має забезпечити умови, які б задовольняли різноманітні потреби. Викладачі фізичного виховання в сучасних умовах повинні не тільки мати гарну уяву, а й намагатися індивідуалізувати виховний процес.

Одним із постійних сильнодіючих мотивів людської діяльності є інтерес – реальна причина дій, що відчувається людиною як особливо важлива. Інтерес можна визначити як позитивне оцінне ставлення суб'єкта до його діяльності. Інтересом називають особливий мотиваційний стан пізнавального характеру, що, як правило, прямо не пов'язаний з якоюсь однією, актуальною у цей момент часу, потребою [7].

У зв'язку з цим, на нашу думку, виникає необхідність вивчення мотивів, інтересів і потреб сучасної молоді, задоволення яких найбільш ефективно відіб'ється на підвищенні активності в заняттях фізичними вправами, що поліпшить їхній стан здоров'я й ефективність навчання в системі вищої професійної освіти.

**Мета статті** – удосконалення процесу вивчення дисципліни “Фізичне виховання” на основі виявлення мотиваційно-ціннісного ставлення студентів до фізичного виховання і спорту.

Нами було проведено дослідження ставлення студентів до фізичного виховання і спорту як явища громадського життя, пріоритетних мотивів, що спонукають до занять фізичними навантаженнями, а також потребісно-мотиваційних орієнтацій студентів у галузі фізичного виховання.

У дослідженні застосовано метод анкетування студентів першого курсу КПУ різних факультетів. Студенти повинні були оцінити своє ставлення до навчального предмета “Фізичне виховання”: позитивне, негативне, важко відповісти або написати своє судження.

Існують об'єктивні та суб'єктивні чинники, що визначають потреби, інтереси й мотиви включення студентів в активну фізкультурно-спортивну діяльність.

До суб'єктивних чинників належать задоволення, розуміння особистісної, колективної та суспільної значущості занять, духовне збагачення, відповідність естетичного смаку, розвиток пізнавальних здатностей.

Про вплив об'єктивних чинників на формування мотивів, що спонукають до активної фізкультурно-спортивної діяльності студентів, можна судити за результатами опитування студентів.

Дослідження виявило, що більшість студентів (72%) позитивно ставиться до фізичного виховання, 7% – негативно, 21% – важко відповісти на це питання.

Із загальної кількості опитаних лише 28% відвідують спортивні секції, а 72% зовсім не займаються спортом.

Ці дані підтверджують інформацію про незадовільний стан фізичної підготовленості сучасної молоді та її негативне ставлення до фізичного виховання і спорту.

Як провідні мотиви, що спонукають до занять фізичним вихованням, студенти назвали: зміцнення здоров'я – 39%, розвиток фізичних якостей – 34% і поліпшення самопочуття – 27%.

Високим виявився відсоток особистісного мотиву: мати гарну фігуру хочуть 46%, знизити вагу – 33%, а одержати залік з фізичного виховання – 41%.

Найбільшу перевагу віддають студенти розвитку сили – 33%, гнучкості – 25,3%, швидкості – 22,8%, витривалості – 13,9%, спритності – 5%.

Незважаючи на позитивне ставлення до фізичного виховання в цілому, значна частина студентів (41%) пасивно ставиться до навчальних занять з фізичного виховання.

На думку опитаних, причини негативного ставлення до занять фізичним вихованням були сформовані ще в шкільні роки. Як наслідки цього було названо погану фізичну підготовленість (38%) і переконання, що фізична культура – другорядний предмет (40%).

Практика свідчить, що багато студентів першого курсу має незадовільну фізичну підготовленість, негативне ставлення до занять фізичними вправами, у них немає потреби до занять спортом, прагнення й уміння поліпшити свою фізичну форму, відсутня фізкультурна грамотність.

Недоліки організації місць занять також впливають на інтерес і мотиви, що спонукають до занять з фізичного виховання. Зокрема, студенти виділили такі причини: незручний графік розкладу занять (31%), недостатня матеріальна база та підготовленість місць занять (18%), неуважне ставлення викладачів до особистості студента (12%), одноманітність навчального матеріалу при вивченні розділів програми (39%).

Анкетне опитування студентів, спрямоване на з'ясування пріоритетних видів рухової діяльності, виявило, що більшість студентів (70%) хочуть займатися фізичним вихованням на основі обраного виду спорту. Найбільш

популярними виявилися: фітнес і аеробіка – 41,3%; плавання – 32,2%; спортивні ігри – 20,9%. Найменшою популярністю користується легка атлетика (5,6% студентів).

Проведене дослідження засвідчило, що найважливішими чинниками для залучення студентів до систематичних занять фізичним вихованням є вдосконалення матеріально-технічної бази для занять спортом і покращення програмного матеріалу занять з фізичного виховання.

**Висновки.** Нині фізичне виховання у вищих навчальних закладах потребує істотної модернізації. Проведене дослідження свідчить про необхідність спрямування діяльності кафедр фізичного виховання на вдосконалення змісту навчальних програм. Навчальні заняття мають стати цікавішими та включати вправи сучасних, цікавих і престижних видів спорту. Це сприятиме підвищенню мотивації студентів до занять фізичним вихованням. Підхід до організації занять у ВНЗ на основі вибору спрямованості занять самими студентами, відповідно до їх інтересів, можливостей і потреб, може забезпечити підвищення мотивації до занять і максимальну індивідуалізацію процесу фізичного виховання, а також ефективно позначиться на стані здоров'я студентів і фізичному вдосконаленні в період навчання в системі вищої професійної освіти.

#### Список використаної літератури

1. Апасенико В.Н. Определение уровня здоровья и оптимальной тренировки / В.Н. Апасенико // Теория и практика физической культуры. – 1989. – № 4. – С. 29.
2. Архангельский Л.М. Ценностные ориентации и нравственное развитие личности / Л.М. Архангельский. – М. : Мысль, 1992. – 115 с.
3. Ашмарин Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании : пособие для студ., аспирантов и преп. ин-тов физ. культ. / Б.А. Ашмарин. – М. : Физкультура и спорт, 1978. – 223 с.
4. Иванов Г.Д. Физическое воспитание в вузе как часть физической культуры / Г.Д. Иванов // Теория и практика физической культуры. – 1993. – № 3. – С. 17–19.
5. Наговицын Р.С. Мотивация студентов к занятиям физической культурой в вузе / Р.С. Наговицын // Успехи современного естествознания. – 2011. – № 8. – С. 293–298.
6. Немов Р.С. Психология : учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений : в 3 кн. / Р.С. Немов. – 5-е изд. – М. : Владос, 2007. – Кн. 1: Общие основы психологии. – 688 с.
7. Платонов Н.Н. Мотивации активного отношения студентов к дисциплине “Физическое воспитание” / Н.Н. Платонов // Теория и практика физической культуры. – 1997. – № 7. – С. 25–27.
8. Тристан В.Г. Физиологические основы физической культуры и спорта : учеб. пособ. / В.Г. Тристан. – Омск, 2001. – 95 с.

*Стаття надійшла до редакції 22.01.2014.*

#### **Кищак О.С. Мотивационно-ценностные ориентиры, определяющие отношение студентов к занятиям физическим воспитанием**

*В статье исследовано отношение студентов к физическому воспитанию и спорту как явлению общественной жизни, выявлены приоритетные мотивы, побуждающие студентов к занятиям, и их потребностно-мотивационные ориентации в области физического воспитания.*

*Обоснована необходимость повышения мотивации студентов к занятиям на основе собственного выбора направленности занятий в соответствии с их интересами, возможностями и потребностями.*

*Ключевые слова: студенты, физическое воспитание, мотивационно-ценностные ориентиры, мотивация, интерес.*

**Kishchak O. Motivational value systems that determine students' attitudes toward physical education classes**

*Lately substantially motivation went down to regular employments by a physical culture and sport, as a result there is a decline of visited of lessons on physical education and, as a result, decline of level of physical preparedness and state of health of students of Institute.*

*The article is aimed at the study of students' attitude towards physical education and sports as social life phenomenon, determination of prime motives, stimulating students' into sports and their need-motivational activators in terms of physical education.*

*Pressing questions of the motivation of students to attend physical education classes in high schools. Shows the level of their physical fitness. Presented by the personal attitude to studies and evaluated for a target orientation, forms and practical training. It is exposed, that the state of physical preparedness of modern youth is unsatisfactory.*

*The students of a 1 course took part in research. The study was conducted using questionnaires. The study found that most students have a positive attitude to physical education. Among the top reasons that motivate towards physical education, students called health promotion, development of physical skills and improve health.*

*The obtained results enable us to state that the boost of students' motivation to physical exercises, basing on their own choice in accordance with their interests, capabilities and needs is needed. It will help to individualize the process of physical training to the fullest degree.*

*The conducted research showed the necessity to improve physical training in higher educational institutions and alter the educational programs of the departments of physical training. The classes should become more interesting and include elements and exercises of modern, interesting and prestigious sports. It will be instrumental in the increase of motivation of young people to employments by sport, and also effectively will affect the state of their health in the period of teaching.*

**Key words:** *students, physical education, motivational value activators, motivation, interest.*