

Топчієва Г.О.

*старший викладач кафедри фізичного виховання,
Національний університет харчових технологій, м. Київ*

ПІДВИЩЕННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМ ВИХОВАННЯМ І СПОРТОМ СТУДЕНТІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ

Анотації. У статті розкривається підвищення мотивації студентів до рухової активності, ставлення студентів до фізичного виховання і рівня їх фізкультурно-спортивної активності, наведенні шляхи підвищення інтересу та мотивації до занять фізичним вихованням студентів.

Ключові слова: фізичне виховання, рухова активність, студент, здоров'я, мотивація.

Фізичне виховання у вищих навчальних закладах, це складний психолого-педагогічний процес, метою якого є формування фізичного виховання особистості майбутнього фахівця, здатного самостійно організувати й вести здоровий спосіб життя.

Підтримка працездатності і здорового стану є важливою умовою успішного навчання і подальшої професійної діяльності. Фізичне виховання – це двосторонній процес, в якому бере участь, з одного боку, викладач, який прагне навчити, а з іншого – студент, котрий повинен виявити бажання вчитися.

Досвід показує: що студент якій розуміє суть поставленого завдання і зацікавлений у його вирішенні, то це прискорює хід навчання [8, с. 112].

Кваліфікований спеціаліст повинен мати високий рівень не лише професійної, інформаційної культури, а й фізичної, що забезпечить його повноцінну фахову діяльність в умовах сучасного суспільства.

Фізичне виховання є найбільш економічно вигідним та ефективним засобом профілактики захворюваності [7]. Потреба в руховій активності студентів виражається в їх мотиваційних відносинах до фізичного виховання. «Ніщо так не виснажує і не руйнує організм людини, як довготривала фізична бездіяльність», вважав Аристотель [Цит. за: 8, с. 68]. Фізичне виховання – це насамперед серйозна праця над собою, своєю фізичною та інтелектуальною

суттю. розвитку сучасного суспільства, його виражена інформатизація зумовлюють необхідність більш широкого використання інформаційних технологій у сфері освіти. Ефективність навчання фізичному вихованню визначається не лише кількістю засвоєних знань, а й ставленням студентів до рухової діяльності. Тому вивчення мотивації є основною проблемою фізичного виховання.

В сучасному суспільстві поняттю мотивації з кожним роком приділяється все більше уваги. Мотивація розглядається як одне із стрижневих утворень особистості. Мотивацію людини, взаємозалежність зовнішніх і внутрішніх умов розвитку особистості та її мотиваційну сферу досліджували В. Леонтьєв, С. Рубінштейн, О. Ковальова, В. Мерліна та інші науковці. Із зарубіжних вчених що проблему вивчали Ж. Нюттен, К. Левін, А. Маслоу, Г. Ж. Аткинсон та ін. [5, с. 2].

Мотив, це побудник до дії, вчинку, діяльності. Будучи спонукальною причиною, він додає поведінці людини певний напрямок і змушує діяти саме так, а не інакше. З проблемою мотиву людина постійно зіштовхується в повсякденному житті, хоча не завжди усвідомлює це. Мотив не тільки визначає її поведінку, але великою мірою обумовлює кінцевий результат діяльності. Розвиток мотивації студентів до рухової активності – невід’ємна складова виховання особистості студента, тому дослідження мотиваційної сфери особистості як фактор підвищення навчальної діяльності є одним з найбільш актуальних наукових завдань.

Формування особистості людини відбувається впродовж усього її життя. У ВНЗ закладаються основні особисті якості фахівця: наполегливість, відповідальність, потреба у постійному збагаченні своїх знань. Однією з найважливіших умов результативності рухової активності студентів є їх ставлення до занять фізичного виховання [5, с. 5].

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.

Мотив є одним зі складових мотиваційної сфери студентів, це спрямованість активності на предмет, внутрішній психічний стан прямо зв'язаний з об'єктивними характеристиками предмета, на який спрямована активність. Коли мова йде про спеціально організовану рухову активність, необхідно з'ясувати зміст, особисту значимість цієї діяльності. Ціль, це спрямованість активності на проміжний результат, що представляє етап досягнення потреби. Щоб студенти усвідомлювали мету своїх дій і співвідносили їх з мотивами фізичного самовдосконалення, ціль рухової активності може залишатися однією і тією ж, а зміст повинен змінюватися: стати чемпіоном, бути матеріально забезпеченим, подобатися представникам протилежної статі тощо. Результати дослідження вікової динаміки мотивів занять фізичним вихованням і спортом показали, що перше місце як у юнаків, так і у дівчат, займає мотив удосконалення форми тіла, однак розвиток цього мотиву має свої особливості. А відбувається чіткий поділ мотивів, мотив удосконалення форми тіла домінує, а спортивний мотив знижується. Досить стабільний в усі вікові періоди мотив зміцнення здоров'я. Пріоритетними мотивами заняття фізичним вихованням і спортом студентів є зміцнення здоров'я, удосконалення форми тіла, досягнення високого спортивного результату, спілкування з друзями та активний відпочинок.

Одним із пріоритетних завдань підвищення інтересу до виховання тілесної культури є включення студента в простір фізичного виховання не тільки як користувача, але й як суб'єкта, здібного творити в цій сфері діяльності. Аналіз теоретичних аспектів фізичного виховання дозволяє визначити основні шляхи формування потреб, цілей, мотивів сучасної молоді у виборі нею різних видів фізичної культури. Основу концепції професора Видрина В.М. [2, с.2-4] становить положення, що фізичне виховання - 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. На думку

Виленського М.Я. [3, с. 2-5] та ін., головним у структурі фізичного виховання студента є мотиваційний компонент. Потреба у фізичному вихованні головна спонукальна, спрямовуюча й регулююча сила поведінки особистості, що має широкий спектр: потреба в рухах і фізичних навантаженнях, у спілкуванні, іграх, розвагах, відпочинку, емоційній розрядці, самоствердженні, зміцненні позицій свого “Я”, у пізнанні, в поліпшенні якості фізкультурно-спортивних занять та ін. Задоволення потреб супроводжується позитивними емоціями. Виникаючи на основі потреб система мотивів визначає спрямованість особистості в області фізичного виховання, стимулює й мобілізує її на прояв рухової активності. В.І. Іллінич [4] й ін. виділяють наступні мотиви: фізичного вдосконалення, дружньої солідарності, відвідування занять, суперництва, наслідування, спортивний, процесуальний, ігровий, комфортності.

Належне місце у фізичному вихованні студентської молоді потрібно надати викладачеві. Багатство професійної культури викладача та його педагогічної майстерності має забезпечувати такі способи і прийоми педагогічного впливу, які збагачують емоційний фон студентів, розвивають їх уяву, підвищують інтерес, формують у них особистісне ставлення до практики фізичного виховання [6, с. 47].

Фізичне виховання покликане формувати у студентів бережливе ставлення до свого здоров'я. Важливо, щоб не лише викладач і студент, а й вищий навчальний заклад загалом були зацікавлені у підвищенні фізичного розвитку як основного компонента здоров'я молодого покоління.

Висновки. Підвищення мотивованого прагнення розвивати свої фізичні та духовні сили і можливості є важливим завданням фізичного виховання вищих навчальних закладів:

- прагнення студента до здорового способу життя слід розглядати як складову загальної культури особистості;
- правильне розуміння мотивів, достатньо високий рівень активності на заняттях, успіх в оволодінні окремими видами вправ, формують активний пізнавальний інтерес студентів до різних видів спортивної діяльності, що виступає як діючий мотив;

- правильна методична постановка навчальної і виховної роботи як на заняттях фізичним вихованням, так і в спортивних секціях, сприяє виникненню активного пізнавального інтересу до спортивної діяльності та її результатів, формує позитивні особистісні мотиви.

Список використаних джерел:

1. Вивчення мотивації студентів до фізичного самовдосконалення [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://textreferat.com.ua/>.
2. Видрін В.М. Неспеціальне фізкультурне утворення / Видрін В.М. // Теор. і практ. фіз. культ. - К., 1989. - №23. - 2-4 с.
3. Виленський М.Я. Студент як суб'єкт фізичної культури / Виленський М.Я. // Теор. і практ. фіз. культ. - К., 1999. - №2 (10). - 2-5 с.
4. Іллінич В.І. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів вузів / Іллінич В.І. - М.: Вища школа, 1978. - 161 с.
5. Міхеєва Л. В. Формування мотивації вивчення педагогічних дисциплін майбутніми вчителями праці і професійного навчання: автореф. дис. канд. пед. наук: 13.00.04 / Л. В. Міхеєва. – Вінниця, 2005. – 19 с.
6. Плачинда Т. С. Педагогічні умови стимулювання активності студентської вищих педагогічних навчальних закладів до фізкультурної діяльності: автореф. дис. канд. пед. наук: 13.00.04 / Т. С. Плачинда. – К., 2008. – 19 с.
7. Фізична культура і спорт [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.vyshnya.lviv.ua/materials/>
8. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Ч. I. / Б. М. Шиян – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2008. – 272 с.

