



Міністерство освіти і науки України
Комітет з фізичного виховання і спорту МОН України
Сумська обласна державна адміністрація
Управління молоді та спорту
Сумської обласної державної адміністрації
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Тартуський університет (Естонія)
Сумський державний університет

ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ В СИСТЕМІ ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ
VII МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-МЕТОДИЧНОЇ
КОНФЕРЕНЦІЇ
(Україна, Суми, 16–17 квітня 2020 року)

Суми
Сумський державний університет
2020

МОТИВАЦІЙНИЙ КОНТЕНТ НА ЗАНЯТТЯХ СПОРТОМ СТУДЕНСЬКОЇ МОЛОДІ

Коваленко С. Л., викл.; Беседін М. Є., студ.

Сумський державний університет

besedin.maks2014@gmail.com

Вступ. Мотивація, як психофізіологічна активність людини, спрямована на досягнення певної мети і є свідомим прагненням особистості до певної діяльності. Цей термін на початку 20-го сторіччя увів німецький філософ А. Шопенгауер. Зміст терміну сучасними науковими школами визначається дещо по-різному, натомість, згідно загально визнаній дефініції – мотивація є результатом свідомого індивідуального вибору, детермінованого як зовнішніми, так і внутрішніми чинниками. Внутрішня мотивація є найбільш змістовною, оскільки є свідомим вибором особистості. Зовнішня мотивація є результатом взаємодії особистості з його оточенням. Розвиток особистості в значній мірі залежить від балансу внутрішньої мотивації і зовнішнього мотиваційного оточення. В контексті вищезазначеного формування студентів-спортсменів є результатом їх внутрішнього вибору і складної мотиваційної діяльності тренера-педагога. Відповідно для викладача-тренера з фізичного виховання важливим є глибинне розуміння причин, що умотивовують особистість до занять спортом [1; 2]. Викладач-тренер, як суб'єкт освітнього процесу закладу вищої освіти, має детально аналізувати мотиваційний контент студентів-спортсменів і, відповідно до цього, вносити корективи та змінювати чинники й акценти мотивації. Проводячи заняття з студентами-початківцями, важливим є розуміння базового мотиваційного контенту, а розуміння ціннісних пріоритетів дозволяє свідомо вносити зовнішні корегуючі чинники, змінюючи мотиваційний пріоритет групи і, відповідно, створювати максимально стабільний мотиваційний підхід. Мотиваційний підхід до формування особистості дозволяє розглядати фізичне виховання як процес створення у того, хто займається таких потреб, які найбільш сприятливі для

його стану здоров'я, фізичного розвитку і вдосконалення. Виявлення основних мотиваційних пріоритетів у поєднанні з моральними якостями і руховими здібностями є важливим аспектом процесу фізичного виховання, особливо на етапі відбору і підготовки майбутніх студентів-спортсменів.

Мета дослідження – визначення мотиваційного контенту студентської молоді, щодо занять спортом.

Виклад матеріалу дослідження. Мотиваційна основа занять фізичною культурою і спортом є багаторівневою і може виникати з різних причин. Це може бути потреба у зміні обставин життя, прагнення до стресу, створення штучних проблем із метою їх подолання. За твердженням американського психолога Б. Дж. Кретті (1978), найбільш виразним мотивом займатися спортом є потреба особистості досягати успіху. Відповідно, успіх є мірою досконалості, що притаманне людям творчих професій і спортсменам. Спорт це прямий шлях до успіху і виявлення перспективного контингенту та є важливим аспектом тренувального процесу. Загалом, мотивація до занять фізичними вправами і спортом – це прагнення до вдосконалення як способу підвищення соціального статусу. У сучасній молоді, існує потреба позиціонування себе у складі референтної групи. Такою групою може бути і спортивна команда. На певному етапі мотивацією може ставати і матеріальна складова, що добре прослідковується у професійному спорті. Для збору інформації використовували методи тестування, опитування і спостереження. В експерименті брали участь 100 осіб, з яких 49% жіночої статі і 51% чоловічої. Респонденти обирали один з п'яти запропонованих варіантів мотивації: 1 – досягнення привабливих фізичних кондицій; 2 – заняття фізичними вправами і спортом як «форма активного способу життя»; 3 – заняття спортом або фізичними вправами як засіб поліпшення зовнішньої привабливості, у першу чергу, для протилежної статі; 4 – фізичні навантаження як засіб досягнення піднесеного настрою, що спричиняється виділенням «гормону щастя» і може бути потужною

ендорфінзалежністю; 5 – заняття спортом або фізичною культурою умотивованих потребою підвищення самооцінки, самовдосконалення і гармонійного фізичного розвитку. Запропонована система питань передбачала виявлення контингенту, який прагне самовдосконалення через фізичні навантаження і заняття спортом. Групу найбільш умотивованих осіб, перспективних для подальшого систематичного заняття спортом, склало менше 10%, що збігається з потенційним відсотком юнаків і дівчат, які від початку занять, наприклад, веслуванням на байдарках залишаються і продовжують спортивну кар'єру (рис. №1).

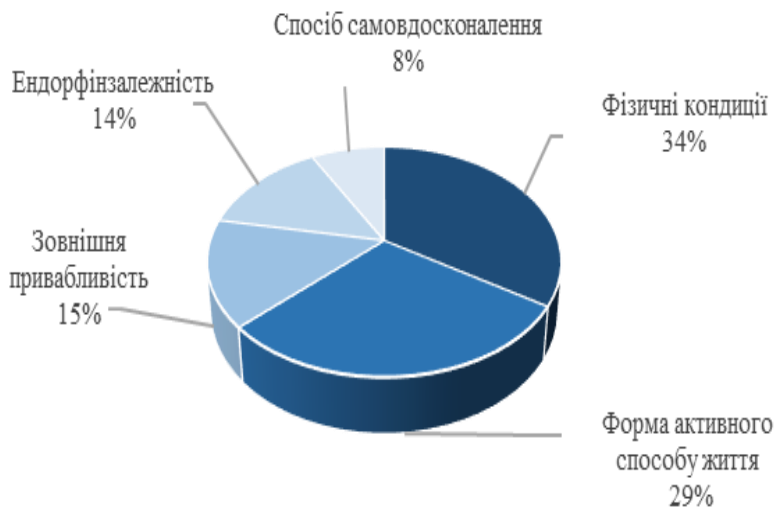


Рисунок №1. Розподіл основних мотиваційних контент щодо занять фізичною культурою серед студентської молоді

За результатами проведеного тестування більшість респондентів найбільш важливими для себе мотивами зазначили фізичні кондиції (34%), форма активного способу життя (29%) та підтримання зовнішньої привабливості. Вочевидь кількість студентів у яких в основі мотивації є

самовдосконалення і в цьому їхні морально-вольові якості співпадають із стійким типом індивідуальних психологічних властивостей є не значною (8%). Це пояснює з нестабільністю у відвідуванні спортивних майданчиків більшістю молоді, часту зміну видів спорту яким вони починають займатися. Прояв активності пов'язаний не тільки з виконанням фізичних вправ у процесі занять фізичного виховання, але й із систематичністю їх відвідування, також з тими стимулами, які використовує викладач-тренер. До них належать такі методи як «заохочення і покарання» та «контроль і оцінювання». Таким чином можна стверджувати що мотивацією до занять руховою активністю юнаків і дівчат, перш за все, є гендерні особливості і бажання бути привабливими. Натомість, заняття спортом мають позитивний вплив на індивідуальне самоуправління, впливають на формування «мускулітної» моделі поведінки дівчат, мотивуючи їх до продовження занять спортом. Відповідно, виявлення здібних і вмотивованих майбутніх спортсменів є важливою складовою викладацької діяльності, що вимагає враховувати особливості мотиваційної поведінки студентів-спортсменів.

Висновки. Найбільш потужною мотивацією до занять спортом є сучасна модель «мускулітності», адже більшість студентів об'єктивно не вмотивовані до систематичних занять, оскільки мають інші пріоритети, тому для дівчат необхідно проводити заняття з фітнесу, а для юнаків – силові тренування. Відповідно, важливого значення набуває індивідуалізація здібностей кожного студента до занять тим чи іншим видом спорту, тому що у кожного різний фізичний стан.

Література

1. Боднарчук Є. Ставлення студентської молоді до фізичної культури і спорту. Природничі та гуманітарні науки. Актуальні питання. Тернопіль, ТНТУ. 2016. Том 2. С. 9.
2. Хуртенко О. В., Бортун Б. О. Структурні особливості формування мотивації до занять спортом у студентів. Теорія і практика сучасної психології. 2019. Т. 1. № 2. С. 119–123.