

УДК 378.015.3:005.32:613.71

ВИВЧЕННЯ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ ДО ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ: ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ ПРОБЛЕМИ

Світлана Король, Тетяна Лоза

Сумський державний університет

Сумський державний педагогічний університет ім. А.С.Макаренка

Постановка проблеми. Упродовж останніх років одним з 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 повинна 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 являються 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 із актуальних соціально-педагогічних проблем навчально-виховного процесу у вищій школі.

Робота виконана за планом НДР кафедри ТМФК Сумського державного педагогічного університету ім. А. С. Макаренка.

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

На сьогоднішній день існують різні тлумачення сутності мотивів. Мотив визначається як «спонукальна причина дій і вчинків людини» (С. Гончаренко, 1997) [5], «сформоване підґрунтя для власного вчинку» (Е. Ільїн, 2003) [7], «усвідомлена причина активності людини, спрямована на досягнення мети» (Т.Круцевич, 2010) [8].

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» (Ж.Годфруа, 1992) [4], «сукупність мотивів» (А. Аверін, 1999) [1], «процес психічної регуляції певної діяльності» (М. Магомед-Эминов, 1998) [9], «складний процес керування напрямком та інтенсивністю зусиль» (Р.Уейнберга, 2001) [11], «процес формування мотиву» (Є. Ільїн, 2003) [7]. В Українському педагогічному словнику поняття «мотивація» визначається як «система мотивів, або стимулів, яка спонукає людину до конкретних форм діяльності або поведінки» [5].

Виходячи з цього можна сказати, що поняття «мотивація» пояснює цілеспрямованість дії людини, організованість і стійкість її діяльності, спрямованої на досягнення певної мети.

Метою роботи є вивчення теоретичних основ мотивів, потреб та інтересів студентів, що формують мотивацію до фізкультурно-оздоровчої діяльності.

Результати дослідження та їх обговорення. Невід'ємною частиною педагогічного процесу є спонукальна сторона, в основу якої покладено принцип свідомості та активності: ніщо не може бути введене в свідомість людини з пасивним або негативним ставленням [3]. Вченими доведено, що усвідомлене відношення 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]. А. Маслоу розробив ієрархію потреб у вигляді «піраміди», поділивши їх на п'ять рівнів [10]. Фізичне виховання, будучи важливим компонентом вищої освіти, може частково задовільнити ці потреби. В основі «піраміди» знаходяться фізичні потреби (потреба в русі, відпочинку, диханні, їжі та ін.). Фізичне виховання, як один із засобів забезпечення необхідного рівня рухової активності задовільняє потребу студентів у русі. Другий рівень - потреба в безпеці (захист від природних явищ, соціальної агресії, несправедливості та ін.). На заняттях можна формувати навички самозахисту (розвиток сили, швидкості бігу, координації рухів та ін.). Диференціація навчального процесу, взаємоповага і співпраця викладача зі студентами частково задовільняє 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 потребу Еґо (самоствердження, визнання, статус та ін.). Найвищою в піраміді є потреба в самоактуалізації (самореалізація, реалізація індивідуального потенціалу та ін.). На заняттях фізичного виховання проявляється бажання покращити стан фізичного розвитку, підвищити фізичну підготовленість, оволодіти новими навичками та ін.

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 появою нових мотивів, інтересів, потреб і емоцій, які вступають у нові відносини один з одним [6]. Тому, становлення мотивації до занять фізичними вправами є процес ускладнення структури мотиваційної сфери.

Аналіз літератури свідчить, що на формування мотивації до занять з фізичного виховання впливають зовнішні і внутрішні фактори [6]. До зовнішніх умов можна віднести: 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 – якісні зміни в психічному розвитку, структурні психологічні новоутворення: бажання, інтерес, захоплення.

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

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

Мотивування складають сукупність фактів, аргументів, доведень, що використовуються викладачем для переконання студентів у важливості кожного завдання і предмету в цілому. В кінцевому результаті студент має усвідомити

мету навчальної дії, водночас його репродуктивні навчальні дії перетворюються на усвідомлену навчальну діяльність. Мотивування повинно відповідати низці вимог: відповідати рівневі розвитку особи; бути наочними; враховувати інтереси та пріоритети студентів; доступним для сприйняття; нести як особистісний, 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 в навчальній діяльності виконує один з сильнодіючих мотивів – інтерес. Інтерес – позитивне емоційне прагнення людини до пізнання та занять певною діяльністю [8]. 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 в підтримці та розвитку активності студентів [6].

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 в цілому; застосування ігрового і змагального методів на етапі удосконалення фізичних вправ; регулярний контроль досягнень студентів у засвоєнні ними знань, розвиткові рухових умінь і навичок; широке використання наочних і технічних засобів навчання, нестандартного обладнання та інвентарю; музичний супровід занять.

Висновки.

Аналіз літератури та власний досвід практичної діяльності свідчить, що проблема формування позитивної мотивації до фізкультурно-оздоровчої діяльності студентів вищих навчальних закладів є досить актуальною. З причин багатфакторності мотивації та різною професійною направленістю навчальної діяльності студентів на сьогоднішній день не існує єдиної точки зору на

вирішення цієї проблеми і при розгляді будь-якого навчального процесу потребує свого вирішення.

Подальші дослідження передбачається провести у напрямку вивчення мотивів, потреб, інтересів та визначення засобів фізичного виховання, спрямованих на покращення стану фізичного розвитку та фізичної підготовленості студентів технічних спеціальностей ВНЗ.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:

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 в 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. – Харків: ХХП, 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. Годжуа; [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. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення: навч. посібник / Т. Ю. Круцевич, Г.В.Безверхня. – К. : Олімпійська література, 2010. – 248 с.

9. Магомед-Эминов М. Ш. Трансформация личности /М. Ш. Магомед-Эминов. – М.: Психоаналитическая Ассоциация, 1998. – 496 с.
10. Маслоу А. Мотивация и личность / А. Маслоу. – СПб.: Евразия, 2001. - 475с.
11. Уэйнберг Р.С. Основы психологии спорта и физической культуры / Р.С.Уэйнберг, Д. Гоулд; [пер. с англ. – Г. Гончаренко]. – К.: Олимпийская литература, 2001. – 334 с.

Анотація. Король С. А., Лоза Т. А. Вивчення мотивації студентів до фізкультурно-оздоровчої діяльності: теоретичний аспект проблеми. Формування позитивної мотивації студентів до занять фізичними вправами є пріоритетним напрямком роботи викладачів фізичного виховання. Тому в статті представлений аналіз теоретичних основ мотивів, потреб та інтересів студентів, спрямованих на підвищення їх мотиваційно-ціннісного ставлення до фізкультурно-оздоровчої діяльності в умовах вищого навчального закладу.

Ключові слова: студенти, мотивація, мотив, потреба, інтерес, фізкультурно-оздоровча діяльність.

Аннотация. Король С. А., Лоза Т. А. Изучение мотивации студентов к физкультурно-оздоровительной деятельности: теоретический аспект проблемы. Формирование положительной мотивации студентов к занятиям физическими упражнениями является приоритетным направлением работы преподавателей физического воспитания. Поэтому в статье представлен анализ теоретических основ мотивов, потребностей и интересов студентов, направленных на повышение их мотивационно-ценностного отношения к физкультурно-оздоровительной деятельности в условиях высшего учебного заведения.

Ключевые слова: студенты, мотивация, мотив, потребность, интерес, физкультурно-оздоровительная деятельность.

Annotation. Korol S., Loza T. The study of student motivation in physical culture and health activities: the theoretical aspect of the problem. The formation of positive motivation of the students in doing physical exercises is the main thing in

teachers' work of physical education. That's why the analysis of theoretical basics of students' reasons, needs and interests directed at improving their motivational and valuable attitude to physical culture and health activities in higher education is presented in the article.

Key words: students, motivation, reason, need, interest, physical culture and health activity.

Король, С. А. Вивчення мотивації студентів до фізкультурно-оздоровчої діяльності: теоретичний аспект проблеми / С. А. Король, Т. О. Лоза // Спортивний вісник Придніпров'я. – Дніпропетровськ: ДДІФКіС. – 2011. – № 2. – С. 116–118.