

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
VI МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-МЕТОДИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
(Україна, Суми, 18–19 квітня 2019 року)

Суми
Сумський державний університет
2019

ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ І СПОРТОМ У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Петренко Н. В. к.фіз.вих., ст. викл.
Сумський державний університет
n.petrenko@uabs.sumdu.edu.ua

Вступ. Ставлення студентів до фізичної культури і спорту одна з актуальних соціально-педагогічних проблем. Крім безлічі задач, які стоять у педагогів з фізичної культури, однією з основних є формування мотиваційного ставлення до фізичної культури, установки на здоровий спосіб життя, потреби в систематичних заняттях спортом. Сучасне студентство, на жаль, веде малорухливий спосіб життя, стикається з низкою труднощів, пов'язаних з навчальними навантаженнями, завантаженістю робочого дня, проблемами в міжособистісному спілкуванні. Усе це веде до зниження мотивації або навіть її відсутності до занять фізичною культурою і спортом, що як результат призводить до зниження рівня здоров'я, розумової і фізичної працездатності всього населення.

Мета. Визначити шляхи формування мотиваційної зацікавленості в заняттях фізичною культурою і спортом у студентської молоді.

Виклад матеріалу дослідження. Мотивація – це внутрішнє спонукання людини до діяльності, здатної задовольнити його потреби. Мотивація досягнення (мотивація досягнення успіху) - одна з різновидів мотивації діяльності, пов'язана з потребою індивіда домагатися успіхів і уникати невдач; прагнення до успіхів у різних видах діяльності. В його основі лежать емоційні переживання, пов'язані з соціальним прийняттям успіхів, які досягаються індивідом. Мотивація в спорті передбачає наявність факторів і процесів, які спонукають молодих людей до дії або бездіяльності. Шлях до ефективної, результативної діяльності людини лежить через розуміння його мотивації. Тільки знаючи, що рухає людиною, що спонукає його до діяльності, можна розробити ефективну систему форм і

методів формування мотивації до фізичної культури і спорту у студентів.

Існує безліч класифікацій мотивів занять фізичною культурою і спортом. Наведемо приклад класифікації Миколаєва А.Н., в якій він виділив шість груп мотивів, які можна застосувати до спортивної діяльності. Це мотиви, спрямовані на: високий результат спортивної діяльності, задоволення від процесу заняття спортом, самовдосконалення, зміцнення здоров'я, виховання сильного характеру, спілкування, задоволення від зустрічей з товаришами по команді, винагорода, пільги, нагороди, різні поїздки і збори і т.д., повинність, яке супроводжується словами: «Займаюся, тому що так треба». Можна з упевненістю сказати, що знання мотиваційної сфери особистості дозволить готувати студента до цілеспрямованих занять фізичною культурою і спортом. Практичне застосування особливостей мотивації фізичної діяльності є важливим етапом в формуванні мотивів до занять фізичною культурою.

Мотиви спортивної діяльності не тільки спонукають людину займатися спортом, а й надають заняття осмислений характер. Для цього необхідно оволодіння системою певних умінь і навичок, сприятливе психологічний стан, розвиток фізичних якостей. Саме регулярні заняття фізичною культурою і спортом повинні забезпечити досягнення необхідного рівня фізичного і розумового потенціалу студента. Цього можна досягти тільки тоді, коли педагог спрямовує свою діяльність на забезпечення всебічного розвитку студента, грамотно поєднує всі форми та методи впливу на нього, а також правильно організовує час занять. Безумовно, формування мотивації до занять фізичною культурою і спортом - це багатоскладовий процес. Необхідно використовувати індивідуальний і загальний підхід до фізичних здібностей і підготовленості студентів, застосовувати на заняттях змагальну діяльність, естафети, ігрові види спорту. Необхідно сформувати секції за інтересами серед студентів, для цього потрібно враховувати інтереси студентів, виявляти бажані ними види фізичної активності.

Для студентів буде цікавим і привабливим проведення таких фізкультурно-оздоровчих заходів, як: «День здоров'я», туристичні походи, військово-спортивні ігри по типу «Зірниця» і багато іншого, що змусить студентів проявити інтерес до занять фізичною культурою.

Вище зазначені заходи можна продовжувати величезним списком. Головне, що в результаті це дозволить підняти рівень фізичного і психологічного здоров'я студентів і підвищити їх мотивацію до занять фізичною культурою і спортом. В результаті грамотно організованій роботи по формуванню мотивації у студентів, спорт і фізична культура стануть базисом, здатним допомогти студентській молоді успішно соціалізуватися, адаптуватися до умов життя і професійної діяльності і на цій основі забезпечити собі високу працездатність і творчу активність.

Крім практичних занять фізичною культурою у ВНЗ введені теоретичні заняття, на яких, в першу чергу, важливо звернути увагу на формування інтересу у студентів до практичних вправ. Правильне поєднання активних форм і методів навчання сприяє розвитку пізнавального інтересу студентів як до освоєння знань і формування умінь, так і до практичних занять фізичною культурою і спортом.

Висновки. Таким чином, мотивація відіграє найважливішу роль у збільшенні здорового населення, в поширенні здорового способу життя, в масовості заняттями фізичною культурою, тобто фізична культура і спорт покликані забезпечити повне задоволення всіх інтересів студентів, теоретичні знання повинні визначити основу уявлення здорового способу життя, а практичні заняття повинні забезпечити основу формування навичок і умінь з фізичного самовдосконалення особистості протягом усього життя.

Література

1. Круцевич Т. Ю., Андреева О. В., Благій О. Л., Садовський О. О. Проблема формування рекреаційної культури студентської молоді в умовах активного дозвілля. 2018. № 4.2 (56.2). С. 175–179.