

ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ СУМСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ

Сірик А. Є., ст. викл., Солдатенко А. В., студ.

Сумський державний університет
annsoldatenko@gmail.com

Вступ. На стан здоров'я людини впливає багато чинників: умови навколишнього середовища, рівень розвитку охорони здоров'я, екологічна ситуація в країні, спадковість. Проте, найбільшим чином на самопочуття та здоров'я молодої людини впливає саме її спосіб життя та відношення до своєї фізичної культури. Як стверджує Л. Пилипей, «тільки особисто орієнтований процес фізичного виховання і професійно-прикладної фізичної підготовки вирішить проблему погіршення здоров'я студентів і підготовку здорових спеціалістів у СумДУ [1, с. 39]».

Важливу роль у формуванні здоров'я особистості відіграє мотиваційно-ціннісне відношення до рухової діяльності. Регулярні заняття спортом дисциплінують людину, підіймають настрій та покращують загально-емоційний стан. Високий рівень мотивації є важливим при виконанні будь-якого виду діяльності, в тому числі і спортивної. Це сприятиме наполегливості, зацікавленості, задоволенню від процесу та позитивним чином відобразиться на якості виконаної роботи.

Мета – дослідити рівень вмотивованості студентів до занять фізичним вихованням та виявити чинники, які можуть впливати на його рівень.

За В. Рувльєвим «Мотивація – це процес спонукування людей до праці, який передбачає використання мотивів поведінки людини для досягнення особистих цілей або цілей організації» [2, с. 154]. «У спортивній психології до уваги беруть вираженість двох параметрів мотивації: досягнення успіху та уникнення невдач. Для здійснення першого аспекту діяльність і стан спортсмена повинні відповідати наступним вимогам:

- спортивна діяльність повинна залишати конкретний результат, оцінюваний якісно і кількісно;
- для оцінки результату повинні бути конкретні критерії, які визначають, зокрема, необхідний нормативний рівень;
- діяльність повинна бути бажаною, а результат отриманий самостійно [3, с. 77]».

Можна стверджувати, що ці аспекти є спонукальними не тільки для спортсменів, а і для сучасної молоді людини, яка розуміє значимість фізичної культури у формуванні особистості та її здоров'я.

Проаналізувавши літературу та теоретичну базу з даної тематики, нами була розроблена анкета щодо організації фізичного виховання і вмотивованості студентської молоді до занять спортом та руховою активністю. Проведене анонімне анкетування 106 студентів різних спеціальностей Сумського державного університету. Отримані дані були статистично оброблені.

В анкетуванні брали участь студенти 1-4 курсів факультету електроніки та інформаційних технологій, факультету іноземної філології та соціальних комунікацій, факультету технічних систем та енергоефективних технологій та навчально-наукового інституту фінансів, економіки та менеджменту імені Олега Балацького віком від 17 до 22 років. Питання анкети стосувалися особистого ставлення молоді до занять з фізичного виховання у виші, їхньої активності та зацікавленості у даному напрямку.

Більше половини опитаних студентів вважають, що заняття фізичною культурою і спортом позитивно впливають на їхнє здоров'я та психічний стан. Вони надають перевагу активному відпочинку, ніж пасивному. 62,64% вказали, що відвідують заняття через власну зацікавленість, а не для отримання заліку з предмету. Тобто, діяльність є бажаною.

Основними причинами для занять спортом були корекція будови тіла та його маси, зміцнення стану здоров'я, відпочинок від напруженої розумової діяльності, вдосконалення рухових здібностей. Лише 6% займається спортом задля заліку.

Звертає увагу той факт, що 44,79% від загальної кількості опитаних не розуміють значимість професійно-прикладної

фізичної підготовки (рис.1). Це, у свою чергу, може слугувати причиною зниження мотивації до занять спортом, адже однією з головних цілей студентів навчання у ЗВО є отримання освіти та бажаної професій. Якщо предмет, у нашому випадку фізичне виховання, не задовольняє потреби індивіда та не має взаємозв'язку з його метою, то дана дисципліна стає менш актуальною за інші.

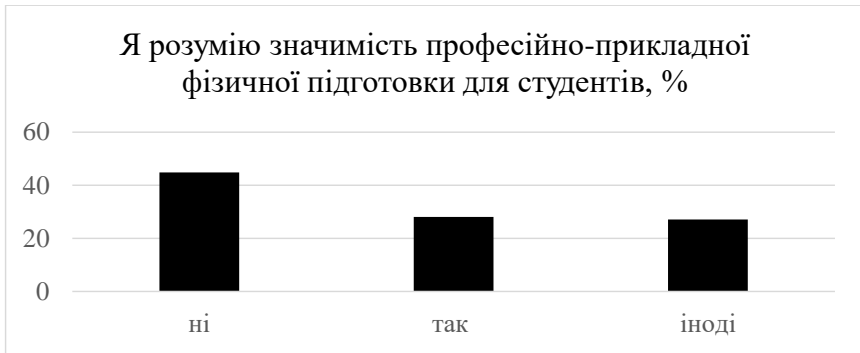


Рисунок № 1 – Розуміння значимості професійно-прикладної фізичної підготовки студентами

Половина опитуваних зазначила, що відвідує заняття фізкультури регулярно і не має причин для пропуску. Серед найпоширеніших причин, що заважають брати участь у заняттях є незручний розклад та стан здоров'я. Щодо найбільш розповсюджених причин, які заважають займатися фізичним вдосконаленням у позанавчальний час виявилися відсутність часу на тренування, особисті лінощі та віддаленість від бажаного місця занять.

34,38% опитаних студентів бажають займатися фізичним вдосконаленням у навчальний час за розкладом, із можливістю обрати профіль занять, 26,04% у позанавчальний час за розкладом спортивної секції Сумського державного університету з обраного виду спорту, 21,88% у спортивному клубі (залі) за межами університету та 17,71% самостійно.

Щодо регламентації навчальних занять з фізичного виховання, то 40% опитаних вважають оптимальною кількістю – 1 раз на тиждень, 32% обрали варіант 2 рази на

тиждень, 13% надали перевагу варіанту «кожного дня», інші 13% вважають фізкультуру непотрібною дисципліною.

Висновки. Студенти Сумського державного університету є вмотивованими до занять фізичною культурою. Проте однією з проблем є незрозуміння з боку студентів значення фізичного виховання та його взаємозв'язку з їхньою майбутньою професією, що у свою чергу може негативно сказатися на рівні мотивації. Багато студентів розуміють значимість спорту в їхньому житті, проте, як показує дослідження, це не завжди є стимулом до фізичних занять у позанавчальний час. Більше третини опитаних студентів вважають, що обсяг навчальних занять з дисципліни «Фізичне виховання» 2 години на тиждень протягом I–II років навчання є недостатнім для зміцнення здоров'я, розвитку їх фізичних якостей.

Проведення подальших досліджень планується з аналізом та статистичною обробкою результатів щорічного оцінювання фізичної підготовленості студентської молоді.

Література

1. Пилипей Л. П. Модернізація системи фізичного виховання у СумДУ. Інноваційні технології в системі підвищення кваліфікації фахівців фізичного виховання і спорту : тези доповідей IV Міжнародної науково-методичної конференції, Суми, 2017. С. 39.
2. Рудков В. А., Гуткевич С. О. Менеджмент: навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури, 2011. Київ, 2011. 312 с.
3. Родионов В. А., Родионов А. В., Сивицький В. Г. Спортивная психология: учебник для академического бакалавриата. Москва: изд. Юрайт, 2015. 367 с.: URL: https://stud.com.ua/25601/psihologiya/sportivna_motivatsiya_struktura
3. Сірик, А. Є. Особливості професійно-прикладної фізичної підготовки студентів спеціальності "Переклад" / А. Є. Сірик, І. Ю. Конященкова, А. Ю. Пилипенко // Інноваційні технології в системі підвищення кваліфікації фахівців фізичного виховання і спорту: VI Міжнародна наук.-метод. конф., (м. Суми, 18–19 квітня) / тези доп. – Суми : Сум. держ. ун-т, 2019. – С. 157–158.

Сірик, А. Є. Дослідження рівня мотивації до занять з фізичного виховання студентів Сумського державного університету / А. Є. Сірик, А. В. Солдатенко // Інноваційні технології в системі підвищення кваліфікації фахівців фізичного виховання і спорту: VI Міжнародна наук.-метод. конф., (м. Суми, 18–19 квітня) / тези доп. – Суми : Сум. держ. ун-т, 2019. – С. 161–164.