МОТИВАЦІЯ СТУДЕНТІВ ДО ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Т. Б. Кутек, Р. Ф. Ахметов, І. І. Вовченко, Ю. Ю. Литвинчук
Житомирський державний університет імені Івана Франка

Анотація. У статті представлено результати вивчення мотивів до занять з фізичного виховання у вищому навчальному закладі. Вивчено рівень фізичної підготовленості студентів за результатами самооцінки, причини занять спортом, відношення до занять фізичним вихованням у вищому навчальному закладі та найбільш значимі мотиви до занять фізичною культурою і спортом.

Ключові слова: мотив, студенти, фізичне виховання.

Постановка проблеми. Головною метою реформи системи фізичного виховання має бути покращення здоров'я молоді з урахуванням її потреб, інтересів, мотивів діяльності.

Аналіз останніх досліджень. Дослідники вважають, що для реалізації державних заходів та успішного вирішення даної проблеми необхідно вивчити чинники, які впливають на формування мотивів, стимулів, які сприятимуть підвищенню мотивації у студентської молоді до занять фізичними вправами і спортом, підібрати нові

засоби і методи фізичного виховання, впровадити ефективні форми організації занять у процес фізичного виховання студентів [1–4].

Тому залишається актуальним питання про підвищення рухової активності, формування позитивного відношення студентів до занять фізичними вправами, фізичним самовдосконаленням, пошуку нових ефективних підходів щодо організації занять з фізичної культури і спорту у вищих навчальних закладах.

Мета роботи – вивчення мотивів до занять з фізичного виховання у студентів вищих навчальних закладів.

Завдання дослідження:

– проаналізувати та узагальнити дані науково-методичної та спеціальної літератури з проблеми, яка досліджується;

– вивчити самооцінку фізичної підготовленості студентів, причини занять спортом;

– встановити найбільш важливі мотиви студентів до занять фізичною культурою та спортом під час навчання у вищому навчальному закладі.

Методи та організація дослідження. У дослідженні було використано наступні методи: аналіз науково-методичної літератури, анкетування, методи математичної статистики. У дослідженні брали участь студенти ІІ курсів Житомирського державного університету імені Івана Франка: природничого факультету та ННІ педагогіки (навчально-науковий інститут педагогіки) протягом 2016–2017 навчального року.

Результати власних досліджень. За результатами анкетування, щодо оцінки фізичної підготовленості, виявлено лише 60% студентів природ-

ничого факультету і 57% студентів ННІ педагогіки, які вважають що мають середній рівень фізичної підготовленості, 20% – вище середнього, 10% і 13% відповідно – високий рівень, 3% і 10% – нижче середнього рівень та 7% студентів природничого факультету вважають, що вони мають низький рівень фізичної підготовленості.

З'ясувалося, що 53% студентів природничого факультету вважають, що займаються спортом для покращення стану здоров'я, 24% для підвищення рівня фізичної підготовленості, 4% для отримання задоволення від рухової активності. 5% студентів вважають, що заняття спортом потрібні для досягнення високих спортивних результатів, 4% – для активного дозвілля, 3% – для участі у змаганнях і стільки ж досягають гармонійності будови тіла. Для 2% студентів спорт допомагає самоствердж уватися. І також 2% студентів вважають, що за допомогою занять спортом забезпечується спілкування з друзями.

Студенти ННІ педагогіки (42%) переконані, що завдяки заняттям спортом підвищується фізична підготовленість. 37% респондентів займаються для покращення стану здоров'я, інші 6% для отримання задоволення від рухової активності і стільки ж – для досягнення високих спортивних результатів; 3% для участі у змаганнях, 2% для досягнення гармонійності будови тіла, 1% – для нормалізації маси тіла і стільки ж – для самоствердження та лише 2% – для спілкування з друзями.

Для виявлення найбільш значимих мотивів до занять фізичною культурою і спортом у студентів, їм було запропоновано питання, з якою метою

вони відвідують заняття з фізичного виховання. Результати відповідей студентів представлено в таблиці 1.

Таблиця 1

Мотивація студентів до занять з фізичного виховання (%)

Мотиви	Природничий факультет	ННІ педагогіки
Підвищення фізичної підготовленості	33	32
Збереження і зміцнення здоров'я	21	20
Отримання заліку з фізичного виховання	17	20
Підвищення рухової активності	13	–
Цікаво на заняттях	12	16
Навчання новим фізичним вправам	3	12

Як видно з результатів опитування, найбільш значимим мотивом до занять фізичним вихованням студенти назвали підвищення фізичної підготовленості. На другому місці за рейтингом є мотив збереження і зміцнення здоров'я, на третьому – отримання заліку з фізичного виховання. 13 % студентів природничого факультету вказали на мотив підвищення рухової активності. Для 16 % студентів ННІ педагогіки важливим мотивом є цікаві заняття з фізичного виховання, а для 12% вивчення нових фізичних вправ.

Більшість студентів як природничого факультету, так і ННІ педагогіки, переконані у тому, що не можна досягти високого рівня фізичної підготовленості відвідуючи лише навчальні заняття з фізичного виховання (93 і 67% відповідно).

Студенти природничого факультету (67%) вважають, що кількість занять з фізичної культури необхідно збільшити, 23% згодні з двома заняттями на тиждень і 10% стверджують, що кількість занять потрібно зменшити. На відміну від них, 57% студентів ННІ педагогіки погоджуються з двома заняттями на тиждень, 33% переконані, що необхідно збільшити кількість занять і 10% – зменшити.

Проведене анкетування дозволило з'ясувати, що ж не влаштовує студентів на заняттях з фізичного виховання. Основними причинами, що не влаштовують студентів на заняттях з фізичного виховання є недостатня кількість занять та відсутність вправ, які більше подобаються.

Отримані дані свідчать, що найбільш популярні серед студентів – заняття під музичний супровід (аеробіка або ритміка, дехто вказав на гімнастику пілатес), на другому місці – плавання, а на третьому – настільний теніс та легка атлетика. 28% студентів природничого факультету та 42% студентів ННІ педагогіки не займаються спортом взагалі. За результатами дослідження, саме відсутність вільного часу є найбільш розповсюдженою причиною, що перешкоджає заняттям фізичною культурою студентам.

У вільний час студенти віддають перевагу іншим видам діяльності. На першому місці у студентів – прогулянки з друзями (48 % – природничий факультет, 50 % – ННІ педагогіки), на другому місці – робота за комп'ютером (29% і 18% відповідно), і лише на третьому – відвідування спортивного залу (17% і 14% відповідно). Решта студентів у свій вільний час захоплюються читанням книг, журналів та переглядом телевізору.

Висновки.

1. Аналіз літературних даних показав, що система фізичного виховання вищих навчальних закладів потребує суттєвих змін. Доказом цього є дослідження вчених, які свідчать про зменшення обсягу рухової активності, зниження рівня фізичної підготовленості, що негативно позначається на показниках фізичного стану студентської молоді під час навчання у вищому навчальному закладі.

2. У результаті проведеного анкетування були виявлені найбільш значимі мотиви занять фізичною культурою і спортом для студентської молоді. На перше місце студенти поставили підвищення фізичної підготовленості (33 % студенти природничого факультету та 32% студенти ННІ педагогіки). На другому місці за рейтингом є мотив збереження і зміцнення здоров'я (21, і 20% відповідно), на третьому – отримання заліку з фізичного виховання (17,9 і 20% відповідно).

Подальші дослідження будуть спрямовані на удосконалення програми занять з фізичного виховання для студентів вищого навчального закладу.

Список літературних джерел

1. Кутек Т. Б. Рівень потреб і інтересів студентів до занять фізичною культурою і спортом /

Т. Б. Кутек // Міжнар. наук. практ. конф. «Фізична культура, спорт і здоров'я нації». – Вінниця, 2001. – С. 73–74.
2. Круцевич Т. Отношение юношей и девушек к занятиям по физическому воспитанию в ВУЗе / Т. Круцевич, Е. Биличенко // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2012. – № 1. – С. 114–119.
3. Москаленко Н. Мотиваційні пріоритети студентів до занять фізичною культурою і спортом / Н. Москаленко, Т. Сичова // Спортивний вісник Придніпров'я. – № 2. – 2010. – С. 10–13.
4. Попрошаєв О. В. Нормативно-правові аспекти організації навчальної дисципліни «Фізичне виховання» у вищих навчальних закладах України / О. В. Попрошаєв, С. Г. Зінченко, Д. О. Каратаєв, С. О. Фішев // Педагогіка, психологія та методико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. праць / за ред. С. С. Єрмакова. – Х., 2010. – С. 74–76.