

ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ ТА СПОРТОМ ПІД ЧАС НАВЧАННЯ У ВИЩОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ

Вовченко І.І., Ус І.В.

Житомирський державний університет імені Івана Франка

Анотація. В даній статті представлені основні мотиви до занять фізичною культурою і спортом під час навчання у вищому навчальному закладі, які формують у студентів потребу до здорового способу життя.

Ключові слова: мотивація, студенти, фізичне виховання.

Annotation. The motives for going into physical training at the universities are examined as the reasons for developing students' need of healthy way of life. The article reveals the reasons preventing students from attending physical training classes.

Key words: motivation, students, physical training, sports.

Актуальність. В останні роки спостерігається зниження обсягу рухової активності студентів, що негативно позначається на показниках їх фізичного стану, у зв'язку із чим особливої уваги набувають питання формування, збереження та зміцнення здоров'я студентів вищих навчальних закладів [1;2;3].

Головною метою реформи системи фізичного виховання має бути покращення здоров'я людини з урахуванням її потреб, мотивів діяльності, інтересів. Тому для реалізації державних заходів необхідно з'ясувати фактори, які сприятимуть підвищенню мотивації у студентів до занять фізичною культурою і спортом.

Мета роботи - вивчення мотивів та інтересів студентів до занять фізичною культурою та спортом під час навчання у вищому навчальному закладі.

Завдання дослідження: проаналізувати дані науково-методичної літератури; визначити мотиви до занять фізичною культурою та спортом під час навчання у вищому навчальному закладі.

Методи дослідження – теоретичний аналіз літературних джерел, анкетування, методи математичної статистики.

Результати дослідження. В дослідженнях приймали участь студенти I-III курсів природничого факультету Житомирського державного університету імені Івана Франка (n-156) та студенти III курсу Житомирського професійного ліцею харчових технологій (n-50). В результаті анкетування виявлено, що студенти природничого факультету Житомирського державного університету імені Івана Франка і студенти Житомирського професійного ліцею харчових технологій вважають головним мотивом до занять фізичною культурою і спортом – підвищення фізичної підготовленості – 33,4% і 32% відповідно (табл. 1).

Таблиця 1

Мотиви до занять з фізичного виховання (%)

Мотиви	ЖДУ імені Івана Франка	ЖПЛ харчових технологій
Підвищення фізичної підготовленості	33,4	32
Збереження і зміцнення здоров'я	21,2	20
Для отримання заліку з фізичного виховання	17,9	20
Підвищення рухової активності	13,5	-
Цікаво на заняттях	10,8	16
Навчання новим вправам	3,2	12

33% студентів природничого факультету і 27% студентів професійного ліцею вважають, що на заняттях з фізичного виховання відсутні вправи, які їм подобаються, майже 30% студентів навчальних закладів хочуть, щоб проводилося більше занять з фізичного виховання на тиждень.

Найбільшою перешкодою для занять фізичною культурою і спортом, окрім занять з фізичного виховання вважають відсутність вільного часу (60% студентів природничого факультету та 50% студентів ліцею). Таке ставлення може бути цілком зрозумілим, тому що дана категорія опитаних – це студенти, які бажають отримати знання, пов'язані з майбутньою спеціальністю.

Висновки. Результати досліджень показують, що у студентів навчальних закладів знижується інтерес до занять з фізичного виховання від I до III курсів. Спираючись на результати дослідження, можна рекомендувати ряд заходів щодо покращення організації занять з фізичного виховання серед студентів з метою зацікавлення та залучення їх до занять фізичною культурою і спортом: відкриття секцій з популярних видів спорту; коректування навчальних програм; планування навчального процесу з урахуванням мотивів та інтересів студентів; покращення матеріально-технічної бази.

Список літератури

1. Фурман Ю.М. Корекція аеробної та анаеробної лактатної продуктивності організму молоді біговими навантаженнями різного режиму: Автореф. дис... докт. біол. наук: 03.00.13.-К., 2003.
2. Фанигіна О.Ю. Корекція фізичної підготовленості студенток вузу в процесі занять оздоровчими видами плавання: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук. з фіз. вихов. і спорту: спец. 24.00.02. Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення/О.Ю. Фанигіна,-К., 2005.
3. Бондарчук Н. Я. Тестування фізичних показників та функціональних можливостей студентів УжНУ з різних біогеохімічних зон Закарпаття // Молода спортивна наука України: Зб. наук. пр. з галузі фіз. культури і спорту. – Л., 2004. – Вип. 8. – Т. 3.