

ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ У СТУДЕНТІВ І КУРСІВ ТЕХНІЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ

Анотація. Колос Олена Анатоліївна, Харіна Діна Леонідівна. Дослідження мотивації до занять фізичною культурою у студентів I курсів технічного університету. В статті представлені результати анкетування студентів по дослідженню мети занять фізичними вправами. Дані свідчать про недостатню зацікавленість студентів та низький рівень фізичної активності у позаурочний час.

Постановка проблеми. Організація процесу фізичного виховання у вищих навчальних закладах вимагає удосконалення спрямованого на покращення здоров'я студентів. Він побудований в основному на широкому використанні новітніх технологій в галузі соціальних та педагогічних наук, проте в останні роки цей процес дещо ускладнений, оскільки обумовлений багатьма факторами, серед яких значущим є мотивація до занять фізичною культурою [3, с. 19-22; 5, с. 42; 10, с. 40].

Метою фізичного виховання сьогодні є сприяння підготовці гармонійно розвинених висококваліфікованих фахівців, задоволення об'єктивної потреби в освоєнні системи спеціальних знань, придбанні професійно значимих умінь і навичок [11, с. 156].

Відповідно до базової навчальної програми з фізичного виховання для вищих навчальних закладів України виділяється три основні форми фізкультурної роботи студентів:

- академічні заняття в навчальний час, де передбачається комплексне рішення трьох основних завдань: освітня, виховна й оздоровча. Причому пріоритетними є освітні аспекти;
- заняття спортом у позаурочний час;

- самостійні заняття із пріоритетною оздоровчою спрямованістю.

Зниження мотивації студентів до занять фізичними вправами веде за собою не тільки регулярні пропуски занять, але і зниження рівня їх фізичного стану.

Специфіка фізичного виховання полягає в тому, що усвідомлена інформація стає мотивованим стимулом до виконання фізичних вправ, використанню сил природи та формуванню такого способу життя, який сприяв би досягненню як особистих, так і суспільних цілей. Критерієм ефективності цього процесу повинен бути рівень здоров'я дітей і підлітків, рівень їхньої фізичної працездатності і соціальної активності [7, с. 94].

Низька мотивація студентів до фізичної активності і в той же час визнання, що заняття з фізичного виховання сприяють вихованню загальної культури людини, є підставою для глибшого вивчення уявлення студентів про цінності в галузі фізичної культури людини [8, с.103].

Аналіз актуальних досліджень. У процесі фізичного виховання студенти виділяють лише ті цінності фізичної культури, які дозволяють їм придбати життєвий і професійно необхідний досвід [8, с.103].

Як показують наукові дослідження на формування мотивів впливають різні чинники. На думку деяких авторів мотивація студентів неоднорідна та залежить від багатьох факторів: вікових, статевих, індивідуальних особливостей [3, с. 20; 6, с. 2].

Будь-яка діяльність людини, будь-які акти поведінки у процесі реалізації конкретизуються як результат відображення умов зовнішнього середовища, що постійно змінюється, і як результат змін психічних можливостей, внутрішніх потреб особистості як суб'єкта діяльності. Мотивація стає тим складним механізмом взаємовідношень особистості, зовнішніх і внутрішніх факторів поведінки, які зумовлюють появу, спрямування, а також способи втілення конкретних форм діяльності [1, с. 99].

Аналіз робіт інших авторів свідчить про наявність комплексу умов, які впливають на формування ціннісних орієнтацій студентів. Такі умови можна поділити на зовнішні і внутрішні. Під зовнішньою умовою розуміють комплекс педагогічних дій, які враховують внутрішні умови і що визначає ефективну організацію процесу формування ціннісних орієнтацій студента. Ряд авторів до таких зовнішніх чинників відносять комунікативні, сімейні, соціально-економічні, особистісні фактори [4, 7, с. 94-95]. До внутрішньої умови належить наявність у особи певних характеристик (психологічних і соціально-психологічних) - бажань прагнень, ідеалів, властивостей особи, від яких залежить процес формування ціннісних орієнтацій [2].

Фізичне виховання можна розглядати як вид діяльності, спрямованої на задоволення певних потреб людини й суспільства. Діяльність - це специфічно людська форма активного відношення до навколишнього світу, зміст якої становить доцільну зміну й перетворення. Фізична культура розглядається і як результат діяльності, і як сама діяльність, спрямована, на формування самої людини як частини світу. Основами діяльності є свідомо формована мета, що лежить поза діяльністю, а в сфері людських мотивів, ідеалів, цінностей [7, с. 94].

Роль вчителя фізичної культури у цьому складному процесі полягає в формуванні у студентів чіткої мети, занять, а в даному випадку – мети занять фізичними вправами, формуванні мотивів та інтересів, які спонукають до регулярних занять та усвідомлення їх необхідності.

Саме тому дослідження та вивчення мотивації студентів до занять фізичними вправами допоможе викладачам в подальшому здійснювати не тільки правильний зовнішній педагогічний вплив, але і допоможе в формуванні у студентів стійкого інтересу до занять і усвідомлення їх необхідності для здоров'я та підтримки гарного самопочуття.

Мета статті – дослідити мотиви до занять фізичною культурою у

студентів та їх захоплення у вільний час.

Методи, організація досліджень. Для вирішення поставлених завдань застосовувалися аналіз і узагальнення даних спеціальної науково-методичної літератури; анкетування, методи математичної обробки даних.

У дослідженні взяли участь студенти I курсу Вінницького національного технічного університету, які навчаються в Інституті автоматизації комп'ютерних систем управління та в Інституті інформаційних технологій та комп'ютерної інженерії.

Було залучено 150 студентів: 108 юнаків і 42 дівчини віком від 17 до 19 року, які належали до основного відділення.

Виклад основного матеріалу. Для дослідження мотивації студентів до занять фізичною культурою було проведено анкетування, оскільки уявлення про особу людини надає аналіз його загальних інтересів, що характеризують світ його життєдіяльності [8, с. 103]. Так було запропоновано 14 запитань, які дали змогу вивчити мету відвідування занять фізичною культурою студентами, їх «спортивні» інтереси та причини, через які студенти не бажають чи не можуть займатися фізичними вправами, як в урочний, так і у вільний від навчання час.

На запитання «Чи займаєтесь ви яким-небудь видом спорту чи фізкультурно-оздоровчими заняттями у вільний час?» більшість студентів (78 %) відповіли, що не займаються.

З усіх опитаних студентів I курсів на запитання «Яким видом спорту ви займаєтесь?» 2,8 % юнаків відповіли, що відвідують секцію легкої атлетики, 1,85 % – настільним тенісом, 2,8 % – спортивними іграми та 12 % відвідують тренажерний зал. Серед дівчат 21,42 % займаються різноманітними видами гімнастики та по одній особі такими видами, як волейбол, шахи та настільний теніс.

На запитання «Чи хотіли б ви займатись яким-небудь видом спорту чи

фізкультурно-оздоровчими заняттями у вільний час?» лише 41,3 % опитаних відповіли, що хотіли б. Решта студентів такого бажання не виявили.

Із запропонованого переліку видів фізкультурно-оздоровчих занять більшість дівчат (23,8 %) у вільний час хотіли б займатись різними видами гімнастики (аеробіка, фітнес, шейпінг) і лише 19 % - аквафітнесом. Чоловіча частина опитуваних студентів виявила бажання займатись плаванням, силовими видами спорту (відвідувати тренажерний зал) та спортивними іграми (особливо футболу та волейболом) – 11,1 %, 15,7 % і 13,9 % відповідно.

На запитання «З якою метою ви б займались фізичними вправами?» більшість студентів відповіли, що хотіли б удосконалити форми тіла – 24 %. Результати опитування представлені в таблиці 1.

Більшість студентів (72 %) на запитання «Що спонукає вас займатись фізичними вправами» відповіли, що оцінка з предмету є стимулом до занять фізичними вправами; 10,7 % - програми про спортивні змагання; 14 % дають пораду батьки і 8 % – відвідування змагань зрізних видів спорту.

Таблиця 1

Мета занять фізичною культурою у студентів I курсу технічного університету

Метазанять		I курс			
		Інститут автоматизації комп'ютерних систем управління		Інститут інформаційних технологій та комп'ютерної інженерії	
		юнаки	дівчата	юнаки	дівчата
		55	35	53	7
Спілкування з друзями	n	16	-	14	1
	%	29,1	-	26,4	14,29
Досягнення високого спортивного результату	n	7	-	3	-
	%	12,7	-	5,7	-
Удосконалення форми тіла	n	10	3	21	2
	%	18,2	8,6	39,6	28,58
Активний відпочинок розвага	n	7	15	7	3

	%	12,7	42,9	13,2	42,87
Покращення стану здоров'я	n	13	5	7	-
	%	23,6	14,3	13,2	-
Зниження зайвої ваги	n	2	12	1	1
	%	3,6	34,3	1,9	14,29

З трьох форм організації занять фізичними вправами (самостійні, індивідуальні, групові) основна маса студентів обрала групові форми і лише 14 % - самостійні.

На прохання назвати причини, які заважають студентам займатися спортом або фізичною культурою усі студенти (100 %) відповіли, що не мають вільного часу.

На запитання «Як зазвичай ви проводите свій вільний час?» 30 % студентів відповіли, що грають в комп'ютерні ігри та спілкуються із друзями, а решта - відповіли, що не мають вільного часу.

Наступне запитання «Чи подобаються вам уроки фізичною культурою?» дозволило виявити, що більшості студентів (65,3 %) подобаються заняття, а решта студентів байдуже відносяться до занять.

Відповіді на запитання «Як часто ви пропускаєте уроки фізичною культурою» дозволили виявити, що 4,7 % звільнені від занять за станом здоров'я, 35,3 % регулярно пропускають заняття, 28 % - іноді пропускають заняття, 18 % - ніколи не пропускають заняття і 14 % студентів намагаються не пропускати заняття фізичною культурою.

До причин, які вказали студенти на запитання «Що вас не влаштовує на уроках» більшість відповіла, що їх не влаштовує спрямованість занять (65,4 %), 21,3 % студентам не цікаво на заняттях, а 13,33 % студентів не влаштовує навантаження, яке вони вважають недостатнім.

Результати досліджень констатують, що специфіка занять фізичною культурою у Вузів не задовольняє інтереси усіх, хто займається, оскільки уроки

носять здебільшого оздоровчу спрямованість, а рівень фізичної підготовленості та здоров'я студентів є неоднаковий.

Висновки:

- 1 Аналіз даних літератури та результати досліджень інших авторів дозволили прийти до висновку, що низька мотивація студентів до фізичної активності є підставою для більш глибокого вивчення їх уявлень про цінність занять фізичними вправами.
- 2 Результати проведених досліджень засвідчують, що основною причиною чому студенти не займаються фізичною культурою та спортом є брак часу, що є цілком логічно, оскільки розумова та фізична перевантаженість на учбових заняттях та великий обсяг самостійної роботи не дозволяє їм виділяти час для самостійних занять.
- 3 Незадоволеність студентів спрямованістю занять та недостатній обсяг фізичних навантажень вимагає від викладачів фізичної культури пошуку оптимальних за змістом та організацією форм проведення занять з метою задоволення усіх потреб студентів, відповідно до їх можливостей.
- 4 Необхідно зробити акцент на підвищенні мотивації студентської молоді до фізкультурно-оздоровчих занять організованого характеру, а особливо самостійних.

Зовнішні фактори, які впливають на студентів можуть сприяти формуванню мотивації до рухової активності тільки за умов сприйняття мети діяльності. Для цього необхідно враховувати їх інтереси, бажання, ціннісні пріоритети та ін. Внутрішня мотивація виникає тоді, коли зовнішні мотиви та мета занять фізичною культурою відповідають можливостям людини. Успішна реалізація мотивів та цілей можлива лише при умові гармонійного поєднання зовнішніх та внутрішніх факторів. **Перспективою подальших досліджень є** детальне вивчення формування у студентів ціннісних орієнтацій в галузі фізичної культури.

ЛІТЕРАТУРА

1. Безверхня Г. Фактори, що впливають на формування мотивації рухової активності школярів / Галина Безверхня // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2008. – № 3-4. – С. 99–102.
2. Бугаев С. Г. Ценностные ориентации (на материале занятий по физической культуре). Дисс. канд. пед. наук : 13.00.01 // С. Г. Бугаев. – Саратов, 2005. – 156 с.
3. Ефимова И. В. Состояние здоровья и мотивация физкультурно-оздоровительной деятельности студентов при различных факторах риска нейросоматических заболеваний/ И. В. Ефимова // Теория и практика физической культуры.– 1996. – № 8. – С. 19–22.
4. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы // Е. П. Ильин. – Санкт–Петербург: Питер, 2002. – 508 с.
5. Коджаспиров Ю. Г. Исследование мотивации студентов не физкультурных вузов, избравших своей специализацией спортивные единоборства / Ю. Г. Коджаспиров, В. И. Сытник, Е. Я Крупник // Теория и практика физической культуры. – 1998. – № 1. – С. 41–44.
6. Конкина М. А. Занятия физической культурой и спортом в структуре ценностных ориентаций среди студенческой молодёжи / М. А. Конкина // Материалы III Всероссийского социологического конгресса – М.: Институт социологии РАН, Российское общество социологов. 2008. – С. 1-3.
7. Круцевич Т. Ю. Контроль в физическом воспитании детей, подростков и юношей: учеб. пособие [для студ. высш. учеб. завед. физвоспит. и спорта] / Т. Ю. Круцевич, М. И. Воробьев. – К., 2005. – 195 с.
8. Круцевич Т., Оксана Марченко Сформованість цінностей індивідуальної фізичної культури студентів різних відділень ВУЗу / Т.Круцевич, О. Марченко // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2008. – № 3-4. – С. 103-106.
9. Лубышева Л. И. Социология физической культуры и спорта: Учеб. пос. / Л. И. Лубышева. – М.: изд. центр «Академия», 2001.- 240 с.
10. Плотников В. П. Нервно-психическое состояние и мотивация спортивной деятельности студентов медицинского вуза / В. П. Плотников, Т. С. Миронова, М. М. Рыжак // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 5. – С. 39–40.
11. Теория и методика физического воспитания / под ред. Т. Ю. Круцевич. – К.: Олимпийская литература, 2003. – Т.2. – С. 155-158.

Аннотация. Колос Елена Анатольевна, Харина Дина Леонидовна. Исследование мотивации к занятиям физической культурой у студентов I курсов технического университета. В статье представлены результаты

анкетирования студентов по исследованию цели занятий физическими упражнениями. Данные свидетельствуют о недостаточной заинтересованности студентов и низком уровне физической активности во внеурочное время.

The summary. Kolos Elena Anatolevna, Kharin Dina Leonidovna. Motivation research to employment by physical training at students' I courses of technical university. In article results of questioning of students on research of the purpose of employment by physical exercises are presented. The data testifies to insufficient interest of students and low level of physical activity during after-hour time.

Заявка учасника

III Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю «Освіта і здоров'я: формування здоров'я дітей, підлітків та молоді в умовах навчального закладу»

(25-26 березня 2010 р., м. Суми)

1. Прізвище, ім'я, по-батькові Колос Олена Анатоліївна,
2. Науковий ступінь: -
3. Учене звання: -
4. Місце роботи: Вінницький національний технічний університет, кафедра фізичного виховання.
5. Посада: старший викладач.
6. Адреса службова: 21021 м. Вінниця, Хмельницьке шосе 95, Вінницький національний технічний університет, кафедра фізичного виховання.

7. Адреса домашня: м. Вінниця, пр-т Юності буд. 38, кв.48.

8. Контактні телефони, E-mail: **0679380444**, (0432) **468-457**; iravin@freemail.ru.

9. Форма участі: наукова стаття

10.Тема напряму і виступу: Медико-біологічні та психолого-педагогічні проблеми фізичного виховання і спорту дітей, підлітків і молоді.

Дата заповнення і підпис: