

# ВИВЧЕННЯ МОТИВІВ ТА ІНТЕРЕСІВ СТУДЕНТІВ ДО ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТОМ

**Салатенко Іван Олександрович**

канд. наук, з фізичного виховання і спорту, доцент,

доцент кафедри фізичного виховання

Сумський національний

аграрний університет (Суми, Україна)

ORCID ID 0000-0002-4762-633X

**Анотація.** Проаналізовано рівень зацікавленості студентів у різних видах рухової активності та виявлено основні чинники, що впливають на їхнє ставлення до занять з фізичного виховання та спортом. У статті здійснено аналіз моніторингу їх рухових уподобань. У дослідженні взяли участь 136 студентів Сумського національного аграрного університету віком 17–21 років. Встановлено, що одним із перспективних шляхів підвищення мотивації до систематичних занять є розроблення та впровадження в освітній процес інноваційних програм з використанням популярних видів спорту, зокрема ігрових. Доведено доцільність пошуку оптимальних засобів і методів стимулювання фізичного самовиховання, спрямованих на формування стійкої мотивації та соціально значущих мотивів рухової діяльності студентської молоді.

*Ключові слова:* фізичне виховання; мотивація; інтереси; технології; студенти.

## STUDY OF STUDENTS' MOTIVES AND INTERESTS IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS ACTIVITIES

**Salatenko Ivan Oleksandrovych**

PhD in Physical Education and Sport, Associate Professor

Associate Professor, Department of Physical Education

Sumy National Agrarian University

(Sumy, Ukraine)

ORCID ID: 0000-0002-4762-633X

**Abstract.** The level of students' interest in various types of physical activity was analyzed, and the main factors influencing their attitude toward physical education and sports were identified. The article presents an analysis of the monitoring of their movement preferences. The study involved 136 students of Sumy National Agrarian University aged 17–21. It was established that one of the promising ways to increase motivation for regular physical activity is the development and implementation of innovative programs in the educational process using popular sports, including game-based ones. The study demonstrated the feasibility of finding optimal means and methods to stimulate physical self-education aimed at forming stable motivation and socially significant motives for students' physical activity.

**Keywords:** *physical education; motivation; interests; technologies; students.*

**Постановка проблеми.** Негативна тенденція до погіршення стану здоров'я студентської молоді, що спостерігається в Україні протягом останніх років, актуалізує необхідність удосконалення системи фізичного виховання у закладах вищої освіти. Розв'язання зазначеної проблеми є неможливим без упровадження в освітній процес інноваційних форм, методів і технологій проведення занять з фізичного виховання, спрямованих на підвищення мотивації студентів до систематичної рухової активності та зміцнення їхнього здоров'я [2].

Основними чинниками, що негативно впливають на стан здоров'я студентської молоді, є недостатній рівень мотивації до занять фізичною культурою та спортом, брак спеціальних знань щодо засобів збереження, підтримання й контролю фізичної підготовленості, а також недостатня сформованість уявлень про принципи здорового способу життя.

Найбільш суттєвим недоліком сучасної системи фізичного виховання студентів є її недостатня спрямованість на стимулювання систематичних занять фізичними вправами та формування внутрішньої мотивації до рухової активності. У результаті процес фізичного виховання студентської молоді переважно має формальний характер і не виконує повною мірою своїх виховних функцій [1].

Низький рівень популярності фізичних вправ у закладах вищої освіти зумовлений низкою чинників, серед яких провідне місце посідає недостатня сформованість у студентів рухових навичок і досвіду рухової активності. Окрім того, негативний вплив мають недостатній рівень діагностики психофізичного стану студентів-першокурсників, а також застосування переважно традиційних методів організації занять з фізичного виховання, які не завжди мають належне дидактичне обґрунтування [4].

Негативна динаміка показників стану здоров'я студентської молоді, що спостерігається в Україні протягом останніх років, зумовлює необхідність пошуку ефективних шляхів удосконалення системи фізичного виховання у закладах вищої освіти [2,3].

Тому, незважаючи на численні дослідження вітчизняних та зарубіжних авторів, залишається актуальною проблема визначення ефективних шляхів покращення стану здоров'я студентів.

**Метою роботи** є визначення мотивів та інтересів студентів до занять з фізичного виховання та спортом.

**Результати досліджень.** З метою вивчення мотивів та інтересів студентів до занять з фізичного виховання і спортом була розроблена спеціальна анкета, яка включала три основні розділи: відомості про респондентів; питання, що стосуються предмету «Фізичне виховання»; а також питання, спрямовані на визначення мотиваційно-ціннісної спрямованості у сфері фізичної культури та спорту. Педагогічний експеримент проводився у період з жовтня по листопад 2025 року за участю 136 студентів віком 17–21 років.

У ході дослідження було встановлено, що більшість студентів регулярно відвідують заняття з фізичного виховання: так відповіли 65,2 % респондентів, 24,2 % відвідують заняття час від часу, а 11,6 % взагалі не відвідують заняття.

Аналіз мотивів відвідування занять показав, що домінуючим чинником є прагнення підвищити фізичну підготовку, зокрема розвиток сили,

витривалості, спритності, гнучкості та швидкості, що зазначили 29,6 % опитаних.

Таблиця 1. Мотиви відвідування занять з фізичного виховання студентів (n = 136)

Мотиви	%	Рейтинг
Бажання підвищити свою фізичну підготовку (розвинути силу, витривалість, спритність, гнучкість, швидкість)	29,6	1
Бажання поліпшити своє здоров'я;	29,1	2
Прагнення отримати добрі оцінки	17,6	3
Прагнення уникнути неприємностей у зв'язку з пропусками занять	14,7	4
Звичка до сумлінного виконання будь-яких обов'язків взагалі	4,2	5
Бажання навчитися техніки фізичних вправ	3,3	6
Інші мотиви	1,5	7

Друге за значущістю — бажання поліпшити стан здоров'я (29,1 %). Менш вагомими виявилися такі мотиви, як прагнення отримати високі оцінки (17,6 %), уникнути негативних наслідків пропусків занять (14,7 %), звичка сумлінно виконувати обов'язки (4,2 %) та бажання оволодіти технікою виконання фізичних вправ (3,3 %) (табл. 1).

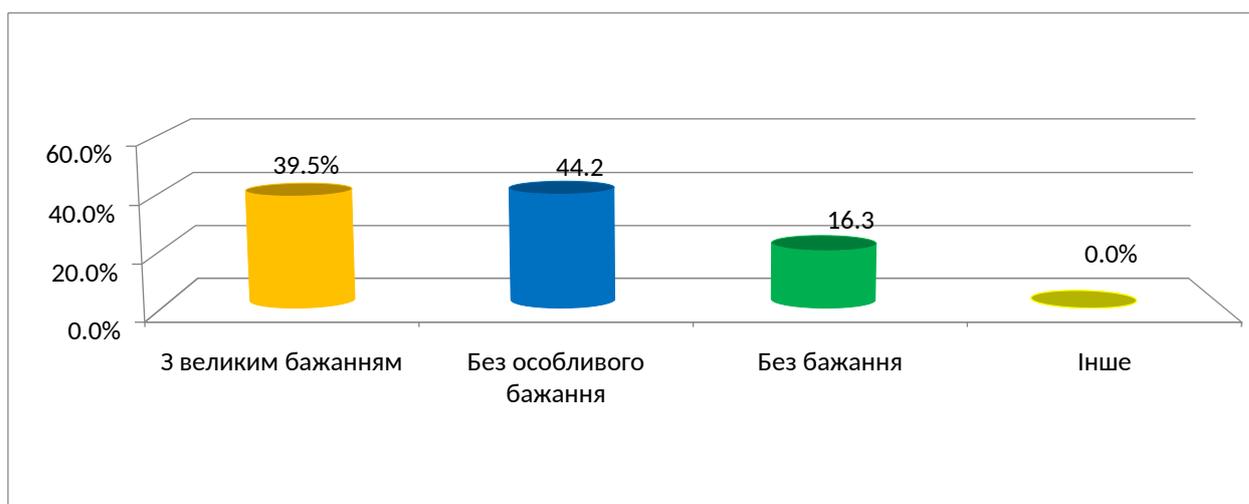


Рис. 1. Відношення студентів щодо відвідування занять з фізичного виховання (n=139)

Результати анкетування щодо ставлення студентів до занять з фізичного виховання показали, що 44,2 % респондентів відвідують заняття без особливого ентузіазму, 39,5 % висловили позитивне ставлення до предмету «Фізичне виховання», тоді як 16,3 % зазначили, що заняття їм взагалі не подобаються (рис. 1).

Проведене дослідження показало, що саме викликає інтерес студентів до занять з фізичного виховання. Встановлено, що основними чинниками, які формують позитивне ставлення до занять у ЗВО, є: емоційність занять та наявність цікавих вправ (38,9 %), сприяння підвищенню фізичної підготовленості (24,4 %), різноманітність навчального матеріалу (22,3 %), чітка та організована структура заняття (12,3 %) і насичене фізичне навантаження (2,1 %).

Для визначення потреби студентів у заняттях з фізичного виховання та спортом було поставлено питання: «Чи займаєтеся Ви спортом у вільний від навчання час?». Результати показали, що 58,2 % респондентів взагалі не займаються спортом, 14,2 % займаються ним час від часу, а 27,6 % зазначили, що регулярно приділяють час фізичній активності у вільний від навчання час.

Порівняльний аналіз спортивних інтересів студентів дозволив виділити ті види рухової активності, що користуються найбільшою популярністю. Результати анкетування показали, що переважна більшість респондентів зацікавлена у заняттях спортивними іграми — 34,3 %. Серед популярних видів рухової активності у студентів також є різні види фітнесу, на що вказує 25,2 % Відмінності у зацікавленості студентів спостерігаються щодо легкої атлетики: 13,8 % опитаних. Тренуванням з плавання, цікавляться 9,7 % студентів. Різновидами одноборств бажають займатися 7,3 % респондентів, настільний теніс обирають 5,2 % студентів, а зацікавленість у біатлоні та лижних гонках становить 1,1 % серед опитаних. Інші види рухової активності, до яких увійшло понад 12 різних спортивних напрямів, обрали 4,5 % респондентів, що є незначними показниками у загальній структурі опитування.

За даними результатів дослідження інтересів до занять різними видами рухової активності виявлено, що ігрові види спорту та різновиди фітнесу займають найбільший інтерес студентів. Отже необхідно враховувати той факт, що фізичне

виховання повинне ґрунтуватися на перевагах популярних у студентської молоді видів спорту.

### **Висновки та пропозиції**

1. Діюча в теперішній час організація фізичного виховання в закладах вищої освіти недостатньо ефективна для підвищення рівня фізичної підготовленості, здоров'я, мотивації, і інтересів значної кількості студентів до занять з фізичного виховання і спортом.
2. Порівняльний аналіз спортивних інтересів студентів показав, що ігрові види спорту та різновиди фітнесу викликають найбільший інтерес.

### **Список використаних джерел | References:**

1. Завидівська Н. ШЛЯХИ ОПТИМІЗАЦІЇ ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНТІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: збірник наукових праць*, 2010. – № 2. – С. 50 – 54.
2. Козібрацький С. ПРОГРАМНО-НОРМАТИВНІ ОСНОВИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ (ІСТОРИКО-ПЕДАГОГІЧНИЙ АНАЛІЗ): *Дис. канд. наук з фіз. вих. і спорту: 24.00.02 / Луцький держ. тех. ун-т, Луцьк, 2002. 190 с.*
3. Максимів Г. ТЕХНОЛОГІЯ НАВЧАННЯ ПРИЙОМІВ ГРИ В БАСКЕТБОЛ УЧНІВ ЗАГАЛЬНООСВІТНЬОЇ ШКОЛИ *Молода спортивна наука України*. Л., 2006, № 10. Т.1. С. 150 – 155.
4. Салатенко І.О. ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*, 2025, № 2 (142) С.251-258  
DOI 10.24139/2312-5993/2025.02/251-258

