

Мотиваційні потреби в руховій активності студентів аграрного вузу.

С. М. Харченко, старший викладач, Сумський національний аграрний університет

В.А. Матлаш, старший викладач, Сумський національний аграрний університет

У статті характеризується мотивація рухової активності студентів аграрного вузу. Розглядаються результати даних, отриманих у результаті анкетування студентів 1 – 2 курсів Сумського національного аграрного університету. Піддано додатковому вивченню потреби в руховій активності студентів. Намічені причини недостатньо сформованої внутрішньої мотивації студентів до занять фізичною культурою і спортом.

Постановка проблеми та її актуальність. Регулярні заняття фізичною культурою і спортом, здоровий спосіб життя, правильне і раціональне харчування збільшують тривалість життя, а також сприяють запобіганню багатьом захворюванням. Для того, щоб бути готовими до майбутньої професійної діяльності і ведення активного способу життя студенти мають бути зацікавлені займатися фізичними вправами.

Фундаментальним завданням для успішного залучення студентів до занять фізичною культурою і спортом залишається вивчення їх мотивації, оскільки знання вихідного рівня мотиваційних установок дозволяє науковцям досить точно спрогнозувати можливу поведінку в цьому напрямку через погляд на власне здоров'язбереження [5].

У зв'язку з цим виникає необхідність удосконалення як навчального процесу, так і позанавчальної роботи з фізичного виховання та спорту із студентами аграрних вузів для оптимізації фізичного розвитку і здоров'я

майбутніх спеціалістів та зростання їх інтересів і потреб у фізкультурно-спортивній діяльності.

Дослідження впливу різних засобів фізичної культури і спорту на розвиток професійно важливих якостей і властивостей особистості, на формування мотивації до здорового образу життя і професійної майстерності є актуальними сьогодні.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. У теорії та методиці фізичної культури мотивацію до рухової активності можна розглядати як об'єкт фізичного виховання, оскільки під впливом виховних дій вона може змінюватися на різних етапах розвитку людини.

У дослідженнях М.Р. Могендовича [4], А.Т. Сухарьова [9] та інших зазначається, що в людини має місце природжена мотивація до рухової активності, так звана “кінезофілія”, яка забезпечує природну організацію її рухової діяльності. Кінезофілія визначається еволюційними біологічними механізмами і змінюється протягом індивідуального життя людини.

Розрізняють “механізми” поведінки і фактори, від яких залежить приведення їх у дію. Перша проблема в тому, як здійснюється поведінка, друга – чому людина чи тварина діють так чи інакше? Вивчення мотивації стосується саме другої проблеми. У зв'язку з цим говорять про мотиви спонукання, імпульси, тенденції і потреби, а деякі автори звертаються до понять напруги, сили і навіть енергії. Під час дослідження мотивації велике значення має потреба.

С.Л. Рубінштейн характеризує потребу з точки зору двох аспектів: з одного боку, як переживання бажаності чого-небудь, що знаходиться поза людиною, з другого боку, як початкове спонукання діяльності [6].

Під потребою в психології мотивації Х.Ремшмидт [5] має на увазі потребу в чомусь, яка виникає в результаті розбіжності між існуючими потребами і можливостями їх задовольнити. У ієрархічній класифікації

потреб вищі потреби як ситуативно, так і генетивно виникають тільки після задоволення потреб інших рівнів. Ця ієрархія має такий вигляд:

- фізіологічні потреби;
- потреби в безпеці;
- потреби в любові і прихильності;
- потреба в повазі;
- потреба в самореалізації та індивідуальному розвитку.

Мотиви, які спонукають тих, хто навчається до занять фізичною культурою і спортом мають складну структуру. Це і мотиви, пов'язані із задоволенням від процесу діяльності (динамічність, емоційність, різноманітність і новизна, наявність улюблених фізичних вправ, дружба, товаришування, колективізм); і мотиви, пов'язані з результатом діяльності (набуття нових умінь, нових знань, навичок і оволодіння новими складними руховими діями, подолання нормативів, покращення результатів отримання розряду, активний відпочинок); та мотиви пов'язані з перспективами зміцнення здоров'я стати фізично бездоганною людиною, розвивати фізичні якості, бути спортсменом, майстром спорту, чемпіоном і т.д., підготуватись до служби в армії, виховувати волю, характер, рішучість[1].

На думку І.В. Єфімової, формування потреб у фізичному і психічному здоров'ї є основним у фізичному вихованні студентів. Щоб процес формування цієї потреби був ефективним, він повинен бути усвідомленим[3].

Вивчаючи мотиваційно - ціннісне ставлення студентів до фізичної культури, А.Т. Семенов [7] встановив наявність комплексу факторів, що стимулюють ефективність занять боротьбою, що дозволяє активізувати мотиваційно - ціннісне ставлення студентів до занять за рахунок опори на механізми індивідуального розвитку (повинен, можу, хочу). До них

належать потреба в руховій активності, а саме фізкультурно-спортивна активність, здійснення індивідуально-диференційованого підходу до студентів, зарахування студентів до змагальної діяльності. Потреба в руховій активності студентів виражається в їх мотиваційному ставленні до фізичної культури. Факторний аналіз дозволив виділити 3 основних фактори:

- досвід емоційно-ціннісного ставлення до фізичної культури (49%);
- фактор самореалізації (досягнення результату) (29%), який містить мотив зобов'язаності, прагнення до корекції будови тіла і підвищення спортивної майстерності;
- фактор професіоналізації (10,2%) в якому фізична культура розглядається як засіб соціального захисту та підвищення професіоналізму.

Подібну тенденцію визначають Ю.Г. Поджаспіров, В.І. Ситник, Є.Я. Крупник під час досліджень мотивації студентів не фізкультурних вузів, які обрали своєю спеціалізацією спортивні єдиноборства [7; с. 21].

М.М. Боген [2], вважає, що в даний час змінюється принципова основа фізичної культури – з'являється принцип спрямування задоволення особистих потреб у фізичному вдосконаленні, які можна розуміти як потребу в здоров'ї, силі, спритності і красі в їх єдності які виражають високу моральність поривань, діяльності і вчинків. Цей принцип передбачає існування індивідуального способу фізичного вдосконалення, який виникає як предмет задоволення особистої потреби у фізичній бездоганності (досконалості), як мотив фізкультурної діяльності особистості. Індивідуальність образу фізичної досконалості визначає відмінність у його втіленні в конкретній діяльності у інваліда, у звичайної здорової людини, у гарно підготовленого спортсмена [10; с. 20].

Мета дослідження: визначення потреби в заняттях фізичною культурою і спортом студентів аграрного вузу.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати ступінь розробленості і практичні досягнення у мотиваційній проблематиці студентів за даними літературних джерел.
2. Охарактеризувати потреби в заняттях культурою і спортом студентів аграрного вузу.

Виклад основного матеріалу. Досліджено 90 студентів 1 та 2 курсів Сумського національного аграрного університету. Дослідження проводилось на факультетах: біолого – технологічному 39,8%, економіки і підприємництва 52,9%, будівельному 7,3%. Всі студенти у віці від 17 до 20 років, які займались фізичною культурою згідно програми з фізичного виховання для основної медичної групи (з навантаженням 4 години на тиждень).

Для визначення ступеня потреби в заняттях фізичною культурою і спортом у студентів аграрного вуз нами була розроблена анкета, яка містила в собі 17 питань.

Більшість опитуваних зовсім не займаються спортом, за виключенням академічних занять (69,6%) і тільки 30,4% студентів займаються спортом. З них 42,8% - шейпінгом та атлетичною гімнастикою, 14,2% - настільним тенісом, футболом, 8,1% - волейболом, боротьбою, 6,8% іншими видами спорту.

Згідно отриманих даних анкетування (таб.1) бажання покращити свою фізичну підготовленість серед студентів першого курсу виявилось 46,7% дівчат і 49,5% юнаків, другого курсу - 51,4% дівчат і 53,2% юнаків. Одним з мотивів відвідування занять з фізичного виховання було поліпшити своє здоров'я. Серед дівчат це прагнення відмітили 15,1% першого курсу, 17,8% другого. Серед юнаків цей відсоток відповідно дорівнює 16,9% та 17,1%. Інтерес до особи викладача виявили серед дівчат 4,5% і 10,6% , юнаків відповідно 15,6% і 17,9%. На наш погляд це важливо, адже викладач, який

є авторитетом для студентів, завжди зуміє більше навчити та передати свій досвід студентам.

Одним із питань анкети передбачалось виявити відношення студентів до оцінка в процесі занять з фізичного виховання. Результати дослідження виявили, що даний мотив є одним з головних. Так 46,8% дівчат і 40,7% юнаків першого курсу прагнули отримати оцінки «С» та «В». Серед студентів другого курсу цей відсоток дещо нижчий 32,8% і 30,7% відповідно.

Таблиця 1

Мета занять фізичною культурою і спортом (%)

| Найменування мотивів | Курс, стать | | | |
|--|-------------|-------|---------|-------|
| | 1 курс | | 2 курс | |
| | дівчата | юнаки | дівчата | юнаки |
| Покращити свою фізичну підготовку | 46,7 | 49,5 | 51,4 | 53,2 |
| Стати здоровим | 15,1 | 16,9 | 17,8 | 17,1 |
| Виховати вольові якості | 1,2 | 2,3 | 3,5 | 2,5 |
| Прагнення отримати добру оцінку | 46,8 | 40,7 | 32,8 | 30,7 |
| Відпочити, розважитись | 6,1 | 4,3 | 4,5 | 5,1 |
| Інтерес до особи викладача | 4,5 | 10,6 | 15,6 | 17,9 |
| Розвивати професійно важливі психофізичні якості | - | - | - | - |
| Сформувати потреби в систематичних заняттях | 3,5 | 3,8 | 0,5 | 2,8 |

У таблиці 2 показані мотиви, які спонукають студентів аграрного вузу до занять фізичною культурою і спортом. Провідними мотивами є такі, як бажання покращити будову тіла (15,7%), і зміцнити здоров'я (12,1%).

Всього 3,4% відзначили мотив “отримати необхідні знання і навички з ППФП.

Таблиця 2

Мотиви, що спонукають до занять фізичною культурою

| Найменування мотивів | Всього(%) |
|--|-----------|
| Покращити будову тіла | 15,7 |
| Зміцнити здоров'я | 12,1 |
| Покращити настрій, самопочуття | 11,8 |
| Бути привабливими | 10,4 |
| Бажання подобатись | 9,8 |
| Розвивати фізичні якості | 7 |
| Отримати необхідні знання і навички з ППФП | 3,4 |

Із мотивів, які заважають заняття фізичною культурою і спортом, найбільш цікавими є такі: відсутність вільного часу – 21,1%, лень – 16,2%, велике навантаження навчанням, роботою – 14,4%, відсутність спортивних баз і споруджень.

Висновки. Таким чином ми бачимо, що в ієрархії мотивів занять фізичною культурою і спортом переважають мотиви, пов'язані з досягненнями фізичної досконалості, розвитком фізичних якостей, зміцненням здоров'я і можливістю розважитись. Не менш важливу роль відіграють мотиви, які характерні для дівчат: бажання бути привабливими для осіб іншого полу, покращити будову тіла і настрій. У студентів аграрного вузу не сформовані мотиви розвивати професійно важливі якості.

Під час проведення занять з фізичного виховання викладачі кафедри фізичного виховання повинні більш активно займатися формуванням у студентів мотивації щодо занять фізичними вправами у більшій мірі використовувати усі форми здоров'язбережувальних технологій з метою оволодіння студентами необхідними знаннями уміннями і навичками з урахуванням майбутнього фаху. Викладач повинен докладати максимум зусиль для того, щоб студенти були зацікавлені його особистістю. Правильно організована діяльність викладача підвищує інтерес до занять з фізичного виховання у студентів.

Перспектива подальших досліджень. У майбутньому ми плануємо проаналізувати реалізацію педагогічних умов, що активізують діяльність студентів у процесі фізичного виховання.

Література

1. Безверхня Г. В. Мотивація до занять фізичним вихованням студенток педагогічних спеціальностей / Г. В. Безверхня, М. І. Маєвський // Слобожанський науково – спортивний вісник. Харків, ХДАФК, 2015. - №2. – С 28 – 31.

2. Боген М.М. Физическое совершенство как основное понятие теории физической культуры/ М. М. Боген // Теория и практика физ. культуры. – 1997- № 5. – С.18-20.

3. Ефимова И.В. Состояние здоровья и мотивация физкультурно-оздоровительной деятельности студентов при различных факторах риска нейросоматических заболеваний / И. В. Ефимова // Теория и практика физ. культуры. – 1996.-№ 8.- с. 19-22.

4. Могендович М.Р. Кинезофилия и моторно-висцеральная координация: / М.Р. Могендович // Моторно висцеральные координации и их нарушения: научн. тр. Пермского гос. мед. Института. – Пермь, 1999. – С. 6 – 17.

5. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст: проблемы становления личности [электронный ресурс]. / Т. А. Гудкова. – Режим доступа: <http://www.libok.net/writer/4002/>.

6. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии: в.2т. / С. Л. Рубинштейн. - Т. 2.– М.: Педагогика, 1989. – 328с.

7. Семенов А.Г. Повышение эффективности физического воспитания студентов: автореф. дис. ... канд. пед. наук / А. Г. Семенов. – Санкт - Петербург, 1997. – 24с.

8. Сиротін О.С. Особливості формування мотивації у студентів вищих навчальних закладів до занять фізичними вправами / О. С. Сиротін// Фізичне виховання студентської молоді: проблеми та перспективи. Матеріали міжнародної електронної науково – практичної конференції. – К.:ЦП „КОМПРИНТ”, 2013. – с 67 – 72.

9. Сухарев А.Г. Здоровье и физическое воспитание детей и подростков / А. Г. Сухарев. – М.: Медицина, 1991. – 272с.

10. Тараненко А.Ф. Формирование мотивации к занятиям физическими упражнениями в зависимости от профессиональной ориентации: автореф. дис. ... канд. пед. наук / А. Ф. Тараненко. – Малаховка, 1992. – 23с.

В статье характеризуется мотивация двигательной активности студентов аграрного вуза. Рассматриваются результаты данных полученных в результате анкетирования студентов 1 – 2 курсов Сумского национального аграрного университета. Подвергнуты дополнительному изучению потребности в двигательной активности студентов. Намечены причины недостаточно сформированной внутренней мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом.

The article characterizes the motivation of motor activity of students of the agrarian University. Examines the results of data obtained as a result of the survey of students 1 – 2 courses of Sumy national agrarian University. Additional analysis needs in students ' physical activity. Scheduled causes underdeveloped inner motivation of students to employments by physical culture and sports.

Відомості про авторів:

а) прізвище, ім'я, по батькові: Харченко Сергій Миколаєвич

б) посада: старший викладач

в) місце роботи: СНАУ, кафедра фізичного виховання

г) адреса для листування: 40000, м. Суми, вул. Кірова 160, кафедра фізичного виховання

а) прізвище, ім'я, по батькові: Матлаш Віталій Анатолійович

б) посада: старший викладач

в) місце роботи: СНАУ, кафедра фізичного виховання

г) адреса для листування: 40000, м. Суми, вул. Кірова 160, кафедра фізичного виховання