

Хавруняк І.В.

*Вищий державний навчальний заклад України
«Чернівецький індустріальний коледж»*

ПРОБЛЕМА МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ У ВНЗ

Здоров'я студентів в Україні за останні десятиліття різко погіршилося внаслідок несприятливої екологічної ситуації, складних економічних і соціальних умов. А численні дослідження вказують на те, що фізична діяльність не є для підлітків необхідністю. Причина – різке зростання технічного прогресу, особливості сучасних умов життя, збільшення навчального навантаження, інтенсивне зростання обсягів інформації, а також недостатній рівень інформації про здоровий спосіб життя та стан особистого здоров'я.

З огляду на це в умовах сьогодення у вищих навчальних закладах почали більше уваги приділяти саме фізичній культурі, оскільки фахівці вбачають слабкий інтерес та відсутність потреби у студентів до занять фізичною культурою та спортом, зокрема це стосується студентів вищих навчальних закладів.

За умов психоемоційного напруження процесу навчання, впровадження комп'ютерних технологій у повсякденний побут, зниження рухової активності, фізичне виховання, що створює необхідні передумови здорового способу життя, традиційно і обґрунтовано вважається провідним чинником зміцнення здоров'я та підготовки студентської молоді до активного життя та продуктивної професійно-педагогічної діяльності. Причинами цьому стають недоліки формування фізичної культури, серед яких ми можемо виділити нерозуміння взаємозалежності абсолютних та особистих цінностей фізичної культури, неадекватне оцінювання свого рівня здоров'я, а також нераціональну організацію життєдіяльності.

Структура мотивації в освіті складає ієрархічну модель класифікації мотивів, яка часто використовується й запропонована американським психологом А. Маслоу – фізіологічні потреби, потреби в безпеці, у соціальних зв'язках, самоповазі, самоактуалізації.

На думку ж Калитки С. та її колег, вище вказані види мотивів у різному їх поєднанні можуть бути наявні у фізкультурно-спортивній діяльності та сприяти усвідомленому й ефективному розвитку особистості підлітків, при вмілому творчому підході викладача чи тренера до цієї діяльності. Мотивація ж до фізичної активності – є особливим станом особистості, який спрямований на досягнення оптимального рівня фізичної підготовленості та працездатності

Формування мотивів здійснюється під впливом внутрішніх факторів, потреб, або зовнішніх – заохочення, покарання й ін. Мотиви першої групи пов'язані безпосередньо зі змістом і процесом діяльності, їх можна назвати внутрішніми мотивами. До другої групи належать ті, у яких спонукальні фактори лежать поза діяльністю, їх називають зовнішніми мотивами. У разі дії зовнішніх мотивів до діяльності спонукають не зміст, не процес діяльності, а фактори, які безпосередньо з нею не пов'язані.

Однак при аналізі результатів анкетувань студентів велика кількість зазначає « що ні, не відвідую заняття з фізичної культури». Найпоширенішою з причин, через яку вони припинили заняття, є брак вільного часу, завелика відстань до місця тренувань та просто лінощі. Враховуючи те, що навчальний заклад надає можливість для студентів безкоштовно відвідувати цілу низку секцій (з плавання, волейболу, баскетболу, настільного тенісу, ходити в тренажерну залу), проте, на жаль, більшість із них не відвідують жодної, на сьогодні існує суттєвий потенціал як покращення організації процесу фізичного виховання у ВНЗ.

Сучасна сфера фізичного виховання являє собою досягнення більших результатів рухової підготовленості на основі реалізації нових підходів. Завдання полягає в тому, щоб зробити активну рухову діяльність більш осмисленою, цілеспрямованою, яка відповідає індивідуальним особливостям кожного, хто займається. Формування повноцінної мотивації до занять - це один з шляхів збільшення ефективності системи фізкультурної освіти, фізкультурно-оздоровчої діяльності студентів.

Саме тому, для досягнення оптимального рівня професійної готовності, яка включає в себе набуття студентами спеціальних знань, умінь та навичок

фізкультурно-оздоровчої діяльності, необхідно підвищувати у студентів інтерес до фізичної культури та формувати позитивні мотивації до фізичної активності і здорового способу життя.

Джерела та література

1. Азаренко В.М. Шляхи формування мотивації до занять фізичною культурою у студентів факультету мистецтв. / В.М. Азаренко/ Режим доступу: <http://journals.uran.ua/hdafk-tmfv/article/view/71904>
2. Калитка С. Мотивація підлітків до занять спортом/ С. Калитка, В. Ребрина, А. Бухвал, В. Тарасюк, О. Грабовський //Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. - 2016. - № 1. - С. 81-86. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Fvs_2016_1_16
3. Маслов Д. В., Тарасова Т. В., Щанкина Н. С., Черемушкина Д. С. Мотивация личности к занятиям неолимпийскими видами спорта. [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://cyberleninka.ru/article/n/motivatsiya-lichnosti-k-zanyatiyamne-olimpiyskimi-vidami-sporta>.
4. Мінц М. О., Головаченко І. В., Мотивація до занять фізичною культурою і спортом студентів вищого навчального закладу/ М.О. Мінц, Головаченко І.В./ Режим доступу: <http://lib.chdu.edu.ua/pdf/naukpraci/pedagogika/2017/291-279-24.pdf>