
МОТИВАЦІЯ ДО ЗАНЯТЬ СПОРТОМ І ВІДВІДУВАННЯ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ

Сергій Ільченко

Аннотація. *Рассмотрена мотивация к занятиям спортом и посещениям занятий по физическому воспитанию студентов II–IV курсов педагогических специальностей нефизкультурного профиля. Установлено, что большинство студентов занимаются в спортивных секциях, некоторые имеют спортивные разряды. Цель большинства студентов педагогических специальностей в спорте не имеет ничего общего с достижениями высоких результатов, а строится на повышении физической подготовленности, достижении гармоничности телосложения, получении удовольствия от двигательной активности и улучшении здоровья. Мотивация к посещаемости занятий по физическому воспитанию сформирована у подавляющего большинства студентов, которые не позволяют себе пропусков без веских причин. Главными целями присутствия на занятиях являются понимание пользы, повышение физической подготовленности и получение зачета.*

Ключевые слова: *физическое воспитание, мотивация, спорт, студенты.*

Abstract. *Motivation of II–IV year of study students of pedagogical specialties of non-physical culture profile to practicing sport and attending physical education classes has been considered. It has been revealed that the majority of students attends sports sections and some of them have sports categories. The goal of the majority of students of pedagogical specialties in sports has nothing to do with the achievements of high results, but is built on increasing physical fitness, achieving harmony in physique, gaining pleasure from motor activity and improving health. The motivation for attending physical education classes is formed in the overwhelming majority of students who do not allow themselves to miss classes without good reasons. The main objectives of the presence in the class are to understand the benefits, increase physical fitness and pass a test.*

Keywords: *physical education, motivation, sport, students.*

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Формування мотивації до занять фізичною культурою студентів вищих навчальних закладів (ВНЗ) залишається відкритим актуальним питанням для фахівців фізичної культури і спорту вищої школи. Пов'язано це з тим, що останні два десятиліття молодь мало залучена до рухової активності, вона пасивна до занять фізичними вправами, що зрештою відображається на стані їхнього здоров'я, який далекий навіть до задовільного. Т. Круцевич у власних дослідженнях та у співавторстві з іншими вченими з проблеми підвищення ефективності процесу фізичного виховання молоді, яка навчається, наводить дані, які свідчать про те, що лише враховуючи мотивацію, інтереси та потреби молоді можна досягти реальних зрушень у бажанні займатися фізичними вправами [3–5].

Надзвичайно важливим завданням мотивування Б. Шиян вважає формування у студентів позитивного емоційного ставлення до навчання. В цьому полягає майстерність викладача, проявляється його здатність виховати у студентів глибокий інтерес до засвоєння навчального матеріалу [9]. Результати дослідження деяких учених переконливо

свідчать про те, що ставлення студентів до занять з фізичного виховання насправді не є дієвим, хоча навчальний заклад і дає можливість безкоштовно відвідувати ряд секцій (з плавання, волейболу, баскетболу, настільного тенісу, ходити до тренажерного залу) та більшість студентів (77 %) не відвідують жодної з них [7].

Із роботи В. Лисяк бачимо, що студенти знають, яким повинен бути спосіб життя для поліпшення та підтримання здоров'я, але мало хто його дотримується. Більшість молоді відмічає значущість мотивації до занять фізичною культурою – зміцнення здоров'я та вдосконалення фізичного розвитку [6].

Сучасна концепція оптимізації навчально-виховного процесу у ВНЗ України, як вважає Д. Анікеєв, потребує корінної зміни програмно-нормативного забезпечення фізичного виховання із формуванням стійкого інтересу до фізкультурного виховання з метою зміцнення здоров'я, самовдосконалення фізичної підготовленості, пов'язаної зі здоровим способом життя у майбутній професійній діяльності [1].

У працях деяких вітчизняних дослідників встановлено, що мотиви відвідування занять із

Таблиця 1 – Залученість студентів педагогічних спеціальностей до спортивної діяльності

| Курс | Стать | Варіант відповіді | | | |
|------|---------|-------------------|------|----|------|
| | | так | | ні | |
| | | n | % | n | % |
| II | Хлопці | 24 | 80 | 6 | 20 |
| | Дівчата | 21 | 70 | 9 | 30 |
| III | Хлопці | 19 | 63,3 | 11 | 36,7 |
| | Дівчата | 4 | 13,3 | 26 | 86,7 |
| IV | Хлопці | 24 | 80 | 6 | 20 |
| | Дівчата | 20 | 66,7 | 10 | 33,3 |

фізичного виховання студентів різні: ті, хто задоволений заняттями, відвідують їх заради свого фізичного розвитку і зміцнення здоров'я, а ті, хто не задоволений, – відвідують їх заради заліків, уникнення неприємностей через прогули [8]. Г. Гончар дослідила динаміку мотиваційних пріоритетів студентів до професійно-прикладної фізичної підготовки від I до IV курсу. Критичним періодом зниження мотивації до навчання вона вважає III курс, а ті трансформації, що відбуваються в процесі навчання, призводять до зниження практичної, теоретичної та функціональної підготовленості. Саме в цей період починає виявлятися байдужість до навчальної діяльності, знижується інтерес до занять спортом, відмічається зниження емоційного фону, виникнення відчуття невпевненості в правильності вчинків і тривоги [2].

Мета дослідження – встановити мотивацію до занять спортом і відвідувань занять з фізичного виховання студентів педагогічних спеціальностей нефізкультурного профілю.

Методи дослідження: аналіз та узагальнення даних наукової літератури, соціологічне анкетування, метод математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. Дослідження проводили зі студентами педагогічних спеціальностей II–IV курсів (по 30 осіб кожної статі на кожному курсі) Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини. Анкетним опитуванням (табл. 1) встановлено, що переважна більшість студентів (окрім дівчат III курсу) залучена до занять конкретним видом спорту. На II курсі спортом займаються 80 % хлопців і 70 % дівчат. Подібна кількість спостерігається на IV курсі, де хлопців 80 % і дівчат 66,7 %. Найменше зайнятих спортом виявлено серед студентів III курсу: 63,3 % хлопців і лише 13,3 % дівчат.

Із видів спорту, якими займаються студенти (табл. 2), лише легка атлетика популярна на всіх курсах (25 % хлопців і дівчат IV курсу, 25 % дівчат і 15,8 % хлопців III курсу та 33,3 % дівчат і 4,2 % хлопців II курсу), тоді як решта видів обумовлені особливостями курсу та статтю. Значимо, що їх перелік не одноманітний. У хлопців найпопулярнішим є футбол, яким займається 54,1 % другокурсників, 41,6 % четвертокурсників і 26,2 % третьокурсників. У 8,3 % хлопців II курсу є II спортивний розряд із футболу.

Таблиця 2 – Види спорту, якими займаються студенти II–IV курсу

| Вид спорту | Курс | | | | | | | | | | | |
|------------------------|--------|------|---------|------|--------|------|---------|------|--------|------|---------|------|
| | II | | | | III | | | | IV | | | |
| | хлопці | | дівчата | | хлопці | | дівчата | | хлопці | | дівчата | |
| | n = 24 | % | n = 21 | % | n = 19 | % | n = 4 | % | n = 24 | % | n = 20 | % |
| Футбол | 13 | 54,1 | – | – | 5 | 26,2 | – | – | 10 | 41,6 | 1 | 5,0 |
| Баскетбол | 1 | 4,2 | 1 | 4,8 | 3 | 15,8 | – | – | 1 | 4,2 | 1 | 5,0 |
| Волейбол | – | – | – | – | 1 | 5,3 | 3 | 75,0 | – | – | 1 | 5,0 |
| Легка атлетика | 1 | 4,2 | 7 | 33,3 | 3 | 15,8 | 1 | 25,0 | 6 | 25,0 | 5 | 25,0 |
| Важка атлетика | 7 | 29,1 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| Бодибілдинг | – | – | – | – | 2 | 10,5 | – | – | – | – | – | – |
| Карате | 1 | 4,2 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| Бокс | – | – | – | – | 3 | 15,8 | 1 | 5,0 | 1 | 4,2 | – | – |
| Кікбоксинг | 1 | 4,2 | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – |
| Боротьба | – | – | – | – | – | – | – | – | 1 | 4,2 | – | – |
| Боротьба (джиу-джитсу) | – | – | – | – | 1 | 5,3 | – | – | – | – | – | – |
| Гімнастика | – | – | 1 | 4,8 | – | – | – | – | – | – | 3 | 15,0 |
| Аеробіка | – | – | 11 | 52,4 | – | – | – | – | – | – | 5 | 25,0 |
| Шейпінг | – | – | – | – | – | – | – | – | – | – | 3 | 15,0 |
| Фітнес | – | – | 1 | 4,8 | – | – | – | – | 1 | 4,2 | – | – |
| Настільний теніс | – | – | – | – | 1 | 5,3 | – | – | 4 | 16,6 | – | – |

Серед дівчат II (52,4 %) і IV (25 %) курсів найбільшою популярністю користується аеробіка, на III – волейбол (75 % при кількості – три спортсменки). Гімнастикою займається 4,8 % дівчат II і 15 % IV курсу, шейпінгом – 15 % IV курсу, фітнесом – 4,8 % студенток II курсу. Баскетболу надають перевагу 4,2 % хлопців і 4,8 % дівчат II курсу, 15,8 % хлопців III, 4,2 % хлопців і 5 % дівчат IV курсу, але спортивного розряду немає у жодного зі студентів.

Силовими видами спорту займаються хлопці II і III курсів: 29,1 % другокурсників займаються важкою атлетикою, а 10,5 % третьокурсників – бодибілдінгом. Настільний теніс популярний у 5,3 % хлопців III і 16,6 % хлопців IV курсу.

Різного роду єдиноборствами займаються хлопці на всіх курсах і одна дівчина (5 %) на III курсі, яка і має розряд КМС з боксу. Хлопці II курсу відвідують карате і кікбоксинг (по 4,2 %) і виконали третій спортивний розряд. Хлопці III курсу займаються джиу-джитсу (5,3 %) і боксом (15,8 %), а четвертокурсники – боротьбою і боксом (по 4,2 %), але спортивних розрядів не мають.

На питання анкети про кількість років, присвячених спорту, було отримано відповідь, що у переважній більшості студентів спортивний стаж у межах одного–трьох років. Однак є ті, хто займається спортом понад п'ять років і навіть понад 10 років. Найбільше таких серед хлопців II курсу, яких 4,2 % в спорті 10 років, 4,2 % – 12 і 4,2 % – 14 років. Троє хлопців (12,5 %) IV курсу також займаються спортом 10 років. У дівчат найбільший спортивний стаж виявлено у третьокурсниць, серед яких 25 % у спорті дев'ять років і 25 % – п'ять. У вибірці дівчат також встановлено найменший час залучення до спортивної діяльності: на

IV курсі 10 % студенток займаються спортом лише два місяці, 20 % – півроку і 45 % – один рік. На II курсі 4,8 % дівчат залучені до спорту шість місяців, а 28,6 % – один рік.

Мета занять спортом у більшості опитаних студентів (табл. 3) не спрямована на досягнення спортивних успіхів. Виняток становлять тільки 4,2 % хлопців II курсу, 10,5 % хлопців III і 5 % дівчат IV курсу, для яких заняття спортом – це досягнення високих спортивних результатів. Тренування з метою участі у змаганнях притаманне лише хлопцям, причому найбільшу частку (21 %) становлять третьокурсники і значно менше прихильників такої мети на II (8,3 %) і IV (4,2 %) курсах.

Найчастіше за мету занять спортом хлопці і дівчата визначали такі цілі: підвищити фізичну підготовленість (16,7 % хлопців і 9,6 % дівчат на II курсі, 21 % хлопців і 25 % дівчат на III, 28 % хлопців і 10 % дівчат на IV курсі), досягти гармонійності будови тіла (25 % хлопців і 33,4 % дівчат на II курсі, 5,3 % хлопців і 25 % дівчат на III, 20,8 % хлопців і 35 % дівчат на IV курсі), отримання задоволення від рухової активності (20,8 % хлопців і 19 % дівчат на II курсі, 10,5 % хлопців і 25 % дівчат на III та 16,6 % хлопців і 15 % дівчат на IV курсі). У 8,3 % хлопців і 19 % дівчат II курсу, у 5,3 % дівчат III та 12,5 % хлопців і 25 % дівчат IV курсу метою спортивної діяльності визначено покращення здоров'я.

На II курсі для частини дівчат (19 %) метою занять спортом є нормалізація маси тіла. Також встановлено по одному юнакові на II (4,2 %) і IV (4,2 %) курсах і дві дівчини (10 %) на IV курсі, які через заняття спортом намагаються нормалізувати свою масу тіла.

Таблиця 3 – Мета занять спортом студентів педагогічних спеціальностей

| Мета | Курс | | | | | | | | | | | |
|---|--------|------|---------|------|--------|------|---------|-----|--------|------|---------|----|
| | II | | | | III | | | | IV | | | |
| | хлопці | | дівчата | | хлопці | | дівчата | | хлопці | | дівчата | |
| | n = 24 | % | n = 21 | % | n = 19 | % | n = 4 | % | n = 24 | % | n = 20 | % |
| Підвищити фізичну підготовленість | 4 | 16,7 | 2 | 9,6 | 4 | 21 | 1 | 25 | 5 | 28 | 2 | 10 |
| Отримати задоволення від рухової активності | 5 | 20,8 | 4 | 19 | 2 | 10,5 | 1 | 25 | 4 | 16,6 | 3 | 15 |
| Досягти високих спортивних результатів | 1 | 4,2 | – | – | 2 | 10,5 | – | – | – | – | 1 | 5 |
| Брати участь у змаганнях | 2 | 8,3 | – | – | 4 | 21 | – | – | 1 | 4,2 | – | – |
| Покращити здоров'я | 2 | 8,3 | 4 | 19 | – | – | 1 | 5,3 | 3 | 12,5 | 5 | 25 |
| Досягти гармонійності будови тіла | 6 | 25 | 7 | 33,4 | 1 | 5,3 | 1 | 25 | 5 | 20,8 | 7 | 35 |
| Нормалізувати масу тіла | 1 | 4,2 | 4 | 19 | – | – | – | – | 1 | 4,2 | 2 | 10 |
| Самоствердження | 2 | 8,3 | – | – | 1 | 5,3 | – | – | 1 | 4,2 | – | – |
| Активно проводити дозвілля | 1 | 4,2 | – | – | 3 | 15,8 | – | – | 3 | 12,5 | – | – |
| Спілкування з друзями | – | – | – | – | 1 | 5,3 | 1 | 25 | 1 | 4,2 | – | – |

Для незначної кількості хлопців метою занять спортом було названо самоствердження (8,3 % на II, 5,3 % на III і 4,2 % на IV курсах) і активне проведення дозвілля (4,2 % на II, 15,8 % на III і 12,5 % на IV курсах). Жодна із дівчат не означила у своїх відповідях цих цілей. Спілкування з друзями як мету занять спортом відмітили третьокурсники (5,3 % хлопців і 25 % дівчат) і 4,2 % хлопців-четвертокурсників.

Причини, на які вказали не залучені до спортивної діяльності студенти, як такі, що заважають їм займатися спортом, мають відмінності за статтю. Для хлопців усіх курсів найвагомішою названо відсутність бажання, адже на неї нарікають 66,6 % осіб II, і IV та 54,5 % III курсу. Для дівчат відсутність бажання не є такою причиною, хоча третина студенток II (33,3 %) і III курсу (30,8 %) через це не займаються спортом.

Для більшості дівчат (II курс – 66,7 %, III – 38,5 %, IV – 40 %) стан здоров'я є тією причиною, що стала на заваді до занять спортом. Серед хлопців на стан здоров'я вказали 16,7 % II курсу і 36,4 % III, а серед хлопців IV курсу немає жодного студента, хто назвав би цю причину.

Брак вільного часу як завада спорту найбільш характерний для студентів IV курсу, серед яких половина (50 %) дівчат і третина (33,3 %) хлопців. На III курсі на це посилаються 30,7 % дівчат і 9,1 % хлопців, а на II – лише хлопці (16,7 %).

Мотивацію до занять з фізичного виховання студентів педагогічних спеціальностей розглядали для визначення мети їх відвідування. Опитування показало, що значна частина студентів (46,6 % хлопців III курсу, 33,3 % дівчат II і IV, 16,7 % хлопців II і IV курсів) присутня на заняттях з причини розуміння користі від них. Задля отримання заліку на заняття ходили 26,7 % хлопців II і IV і 13,3 % III курсу, 30 % дівчат III курсу, 23,4 % IV і 10 % II курсу. Незначна кількість студентів (переважно дівчата) вказали за мету не мати заборгованості з предмета: 6,7 % дівчат на II курсі, 13,3 % на III, 3,3 % на IV курсі і 10 % хлопців IV курсу.

Для 33,3 % хлопців і 16,7 % дівчат IV курсу, 16,7 % хлопців і 10 % дівчат III та 3,3 % хлопців і 16,6 % дівчат II курсу мета полягала у підвищенні фізичної підготовленості. Задля виховання волевих якостей заняття відвідували по 6,7 % хлопців і дівчат II курсу, 3,3 % хлопців і 6,8 % дівчат III і 6,7 % хлопців IV курсу. Практично для чверті хлопців II курсу (23,3 %) і більше ні для кого метою було отримання консультацій для самостійних занять фізичними вправами. За «розрядкою» після розумового навантаження на заняття ходили по 6,7 % хлопців III–IV курсів і дівчат II, 13,3 % дівчат III і 3,3 % IV курсу. 10 % хлопців і 13,3 % дівчат II курсу, 6,7 % хлопців і 13,3 % дівчат III та 16,7 % дівчат IV курсу на заняттях з фізичного виховання мали за мету підвищити рухову активність.

Таку мету, як цікаво на заняттях взагалі не відмітили студенти IV курсу, тоді, як 13,3 % хлопців і 6,7 % дівчат II, 6,7 % хлопців і 3,3 % дівчат III курсу вказали саме на неї. Лише одна студентка IV курсу (3,3 %) виділила таку мету, як навчитися нових вправ.

Висновки. Анкетуванням мотивації до занять спортом і відвідуваності академічних занять з фізичного виховання студентів II–IV курсів педагогічних спеціальностей встановлено, що більшість студентів (виняток становлять дівчата III курсу) займаються в спортивних секціях і в незначній кількості є конкретні спортивні досягнення – розряди. Втім, у спорті вони не заради досягнення високих результатів. Мотивація до відвідуваності занять з фізичного виховання сформована у переважній більшості студентів, які не дозволяють собі пропусків без вагомих причин. Головними цілями присутності на заняттях є розуміння користі, підвищення фізичної підготовленості та отримання заліку.

Перспективи подальших досліджень полягають в моніторингу змін у мотивації до занять спортом і відвідуваності академічних занять з фізичного виховання.

Література

1. *Анікеев Д. М.* Проблеми формування здорового способу життя студентської молоді / Д. М. Анікеев // Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту: зб. наук. праць / за ред. С. С. Єрмакова. – 2009. – № 2. – С. 6–9.
2. *Гончар Г. І.* Організаційно-методичні умови формування мотивації студентів інститутів фізичної культури до професійно-прикладної фізичної підготовки : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02 / Г. І. Гончар. – Дніпропетровськ, 2013. – 19 с.
3. *Круцевич Т.* Особливості мотиваційних пріоритетів підлітків з різними типами ВНД / Т. Круцевич, Г. Безверхня // Спорт. вісн. Придніпров'я. – 2010. – № 1. – С. 3–6.
4. *Круцевич Т. Ю.* Фізичне виховання як соціальне явище / Т. Ю. Круцевич, В. В. Петровський // Теорія і методика фізичного виховання; за ред. Т. Ю. Круцевич. – К.: Олімп. л-ра, 2013. – Т. 1. – С. 27–46.
5. *Круцевич Т.* Потребово-мотиваційний підхід до керування фізичним вихованням студентів / Т. Круцевич, О. Подлесний // Теорія і методика фіз. виховання і спорту. – 2008. – № 2. – С. 69–73.

6. *Лисяк В. М.* Динаміка мотивації до занять фізичною культурою у студентів вищих навчальних закладів за весь період навчання / В. М. Лисяк // Слобожан. наук.-спорт. вісн. – 2013. – № 3. – С. 199–203.
7. *Нестерова Т. В.* Структура мотивації до занять з фізичного виховання і спорту студентів вищих навчальних закладів / Т. В. Нестерова, А. А. Павлюк // Фіз. культура і спорт у сучасному суспільстві: досвід, проблеми, рішення: мат. Міжнар. наук.-практ. конф., К., 2014. – С. 50–58.
8. *Петренко В. І.* Проблеми відвідування занять з фізичного виховання студентами технічних спеціальностей / В. І. Петренко, І. І. Петренко // Слобожан. наук.-спорт. вісн. – 2014. – № 6 (44). – С. 87–91.
9. *Шиян Б. М.* Теорія і методика фізичного виховання школярів. Ч. I. / Б. М. Шиян. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2008. – 272 с.

Literature

1. *Anikeiev D. M.* Problems of formation of healthy life style of students / D. M. Anikeiev // Pedagogika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu. – 2009. – N. 2. – P. – С. 6–9.
2. *Honchar H. I.* Organizational and methodical conditions of motivation formation in students of physical culture institutions for professional and applied physical preparation : author's abstract for Ph.D. in Physical Education and Sport : 24.00.02 / H. I. Honchar. – Dnipropetrovsk, 2013. – 19 p.
3. *Krutsevych T.* Peculiarities of motivation priorities of adolescents with different types of VND / T. Krutsevych, H. Bezverkhnia // Sportyvnyi visnyk Prydniprovia. – 2010. – N 1. – P. 3–6.
4. *Krutsevych T. I.* Physical education as a social phenomenon / T. I. Krutsevych, V. V. Petrovskiy // Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia; edited by T. I. Krutsevych. – Kyiv: Olimpiyska literatura, 2013. – Vol. 1. – P. 27–46.
5. *Krutsevych T.* Motivation approach to guiding physical education of students / T. Krutsevych, O. Podlesnyi // Teoriia i metodyka fiz. vykhovannia i sportu. – 2008. – N 2. – P. 69–73.
6. *Lysiak V. M.* Dynamics of motivation for physical culture classes in students of the higher educational institutions during the whole period of studies / V. M. Lysiak // Slobozhanskyi naukovy-sportyvnyi visnyk. – 2013. – N 3. – P. 199–203.
7. *Nesterova T. V.* Structure of motivation for physical education and sport in students of higher institutions / T. V. Nesterova, A. A. Pavliuk // Physical culture and sport in modern society: experience, problems, decisions: International Scientific Practical Conference, Kyiv, 2014. – P. 50–58.
8. *Petrenko V. I.* Problems of attending physical education classes by students of technical specialties / V. I. Petrenko, I. I. Petrenko // Slobozhanskyi naukovy-sportyvnyi visnyk. – 2014. – N 6 (44). – P. 87–91.
9. *Shyian B. M.* Theory and methods of schoolchildren physical education. P. I. / B. M. Shyian. – Ternopil: Navchalna knyha–Bohdan, 2008. – 272 p.