

УДК 796.011.1-057.875

ВИЗНАЧЕННЯ МОТИВІВ ДО ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТОК ДРУГОГО КУРСУ ВНЗ ЕКОНОМІЧНОГО ПРОФІЛЮ

Наталія ОПРИШКО, Едуард МАЛЯР,
Володимир ЛЕВЧУК, Іван ТВАРДОВСЬКИЙ

Тернопільський національний економічний університет

Анотація. У статті визначено пріоритетні мотиви до занять з фізичного виховання студенток другого курсу економічних спеціальностей. Проаналізовано результати анкетного опитування щодо суб'єктивної оцінки респондентками рівня свого здоров'я та до організаційно-методичного забезпечення при проведенні занять з фізичного виховання. Окреслено шляхи залучення студенток до активних занять фізичними вправами.

Ключові слова: мотивація, фізичне виховання, студентки.

Постановка проблеми. Збереження та зміцнення індивідуального здоров'я студентської молоді на сучасному етапі розвитку суспільства є одним із головних завдань освітньої програми вищих навчальних закладів. Формування у студентів прагнення до фізичного самовдосконалення – головна мета, яка вирішується шляхом виховання в студентів стійкого інтересу до фізичної культури, розвитку необхідних умінь та навичок під час самостійних занять, сприяння впровадженню занять фізичною культурою у режим дня [2, 6].

У багатьох молодих людей спостерігається відсутність стійкої мотивації до систематичних занять із фізичного виховання, обмежений рівень знань із фітнесу та байдужість щодо свого здоров'я, що може призвести до безнадійних наслідків у житті. З основних причин зниження інтересу студентської молоді до занять з фізичного виховання є відсутність пропаганди здорового способу життя в школі та сім'ї [3].

Крім того, сучасна організація фізичного виховання у ВНЗ недостатньо ефективна для підвищення рівня фізичної підготовленості, здоров'я, мотивації, розвитку професійно важливих психофізіологічних якостей і інтересів значної кількості студентів до занять фізичними вправами [4].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз літературних джерел свідчить про актуальність досліджень щодо вивчення мотивації студентів вищих навчальних закладів (ВНЗ) до занять фізичними вправами [1-5]. Науковці відзначають, що студенти порізноmu ставляться до занять з фізичного виховання. За даними І.О.Салатенко, 40,2 % опитаних відвідують заняття без особливого бажання; 39,5 % – позитивно ставляться до предмета «Фізичне виховання», у той же час значній частині студентів (20,3 %) заняття з фізичного виховання взагалі не подобаються. Серед домінантних мотивів до занять відзначено «підвищення фізичної підготовки», «бажання поліпшити здоров'я» та «прагнення отримати добрі оцінки». Ігрові види спорту та різновиди фітнесу викликають найбільший інтерес у студенток економічних спеціальностей [5].

Досліджуючи мотиваційні пріоритети до занять фізичними вправами юнаків і дівчат технічних спеціальностей, автор О.О. Біліченко вказує на їхню відмінність. Згідно з цим опитуванням, більше відповідає інтересам студентів зміст занять з фізичного виховання з юнаками; недостатньо враховуються гендерні особливості мотивів та інтересів у сфері фізичної культури дівчат, що обумовлює перевагу примусової мотивації, пов'язаної з отриманням заліку з фізичного виховання. Автор дослідження вважає, що диференційований підхід у створенні організаційно-педагогічних умов фізичного виховання дівчат, відповідно до саме їхніх мотиваційних пріоритетів, сприятиме створенню позитивних стимулів і підвищенню ефективності фізичного виховання [1].

У дослідженнях Л.А. Петрук доведено, що поряд із спадковістю, умовами та способом життя низька мотивація та відсутність індивідуального підходу з боку викладачів можуть

стати причинами низького рівня здоров'я та фізичної підготовленості студентів спеціальної медичної групи [4].

Існує певна кількість досліджень, в яких показано поступове зниження рівня здоров'я від першого до третього курсів, що пов'язано зі збільшенням інтелектуальної діяльності та зниженням фізичної активності [2, 4]. Відсоток студентів, зарахованих до спеціальної медичної групи, з кожним роком зростає від 18,4 % на першому курсі до 31,8 % на четвертому курсі. Отримані факти вказують на загрозливе явище, що вимагає пошуку ефективних шляхів вирішення навної проблеми.

Мета дослідження – визначити домінуючі мотиви до занять з фізичного виховання студенток та окреслити шляхи їхнього залучення до активних занять фізичними вправами.

Методи дослідження: аналіз і узагальнення даних наукової та методичної літератури, соціологічні методи (анкетування, бесіди), педагогічне спостереження, методи математичної статистики.

Організація дослідження. Для вивчення стилю життя дівчат та їхнього ставлення до занять з фізичного виховання було проведено анкетування. Була розроблена спеціальна анкета, яка складалася з 20 запитань, які дозволили визначити мотиваційно-ціннісну спрямованість студенток до занять з фізичного виховання. В анкетуванні взяли участь 157 студенток другого курсу Тернопільського національного економічного університету. З них 21,4 % за станом здоров'я належали до спеціального медичного відділення, решта дівчат були зараховані до основного відділення. Дослідження було проведено в період вересень–жовтень 2014 року.

Виклад основного матеріалу. Анкетування виявило, що до поступлення на перший курс ВНЗ із загальної кількості респонденток лише 13,38% відвідували спортивні секції, займалися самостійно 32,48% та більша половина (54,14%) ніколи не займалися у спортивних секціях, що підтверджує факт відсутності пропаганди здорового способу життя в школі та сім'ї.

Слід зазначити, що у попередніх дослідженнях нами було виявлено низький рівень інтересу респонденток першого курсу щодо уроків фізичної культури у шкільні роки [3]. Серед основних причин низької мотивації до відвідування уроків з дисципліни «фізична культура» та спортивних секцій дівчата відзначали відсутність вільного часу (62%), незадовільний стан здоров'я (23,6%), а також особисту байдужість до занять (10,7%).

Для виявлення суб'єктивної оцінки рівня здоров'я було запропоновано відповісти на запитання «Як Ви оцінюєте стан свого здоров'я?». Більша половина студенток 55,41% оцінили стан свого здоров'я «задовільно», 41,4% – «добре», і лише 3,18% – «незадовільно». У попередніх дослідженнях під час навчання на першому курсі респондентки визначали рівень здоров'я за експрес-методикою Г.Л. Апанасенко. Отримані дані свідчили про нижчий за середній рівень соматичного здоров'я студенток, оскільки інтегральний показник в середньому дорівнював $4,6 \pm 5,6$ балів. Індивідуальні значення рівня здоров'я коливались в межах від 1 до 11 балів і розташовувались на рівнях оціночного діапазону – від низького до середнього. 41% мали низький рівень здоров'я, 37% – нижчий від середнього та 22% – середній рівень. Отже, суб'єктивні оцінки студенток щодо свого рівня здоров'я суттєво відрізняються від об'єктивних даних.

На питання в анкеті «Що Вас спонукає для відвідування практичних занять з фізичного виховання?» найчастіше зі всіх мотивів дівчата обирали «зміцнення здоров'я та покращення самопочуття» (68,1%), «удосконалення тілобудови» (66,87%), «підвищення рівня фізичної підготовленості» (49,04%). Важливим виявився мотив «отримання заліку» (35,03%). Для 29,29% дівчат також суттєвим був мотив «отримання певних вмінь та навичок, необхідних для самостійних занять з фізичного виховання та спорту». Це свідчить про свідоме ставлення студенток до підвищення рівня індивідуальної фізичної підготовленості та прагнення здобути теоретичні знання для подальшого їхнього використання на самостійних заняттях; 28,66% дівчат відмітили мотив «можливості активного відпочинку та зниження нервового напруження на практичних заняттях». Студентки розуміють і відчувають, що фізична активність позитивно впливає на нервову систему: 19,1% обрало мотив «отримання задоволення від занять з фізичного виховання і спорту». Мотив «досягнення високих спортивних результатів» відзначили 17,83% студенток; 15,92% дівчат обрало мотив «спілкування з колегами під час

заняття»; 15,28 % респонденток вважають, що заняття фізичним вихованням «підвищують розумову працездатність»; 12,73 % дівчат обрали мотив «виховання культури рухів».

Також студенткам було запропоновано відповісти на питання «Що Вас не влаштовує в проведенні занять з фізичного виховання?». Приємним виявився факт, що більшість студенток (65,63 %) відвідують заняття з фізичного виховання із задоволенням, вони обрали відповідь «все влаштовує»; 15,92 % дівчат вважають, що викладачі «не враховують інтереси студентів при виборі фізичних вправ», що знижує їхній інтерес до відвідування практичних занять з фізичного виховання; 9,55 % респонденток незадоволені станом спортивного інвентаря (значною мірою це стосувалося м'ячів та тренажерів) та 4,45 % – станом спортивних майданчиків; 2,54 % студенток відзначили низький рівень підготовленості викладача.

Висновки:

1. Результати анкетування свідчать, що більшості студенток (65,63 %) подобаються заняття з фізичного виховання; 15,92 % дівчат бажають, щоб викладач враховував їхні інтереси при виборі фізичних вправ; незадоволення матеріальною базою (9,55 % та 4,45 %) та низький рівень підготовленості викладача (2,54 %) спонукає до необхідності подальшого пошуку оптимальних шляхів стимулювання фізичного самовиховання студентів та удосконалення педагогічної майстерності викладачів. Пріоритетними мотивами до занять з фізичного виховання респондентками було обрано мотиви «зміцнення здоров'я і покращення самопочуття» (68,1 %) та «удосконалення тілобудови» (66,87 %), що вказує на незадоволеність дівчат існуючим рівнем свого здоров'я та фізичної підготовленості.

2. Виховання позитивного ставлення та формування потреби до систематичної рухової активності студенток, сприяння усвідомленню необхідності покращення свого фізичного стану, підвищення рівня організаційно-методичного забезпечення занять з фізичного виховання є одним із шляхів залучення дівчат до активних занять фізичними вправами.

Перспективи подальших пошуків. Передбачається провести подальші дослідження в напрямку вивчення проблем мотивації юнаків-студентів економічних спеціальностей до занять з фізичного виховання.

Список літератури

1. Біліченко О. О. Особливості мотивації до занять з фізичного виховання у студентів / О.О. Біліченко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2011. – № 5. – С. 3–5.
2. Лисяк В. М. Динаміка мотивації до занять фізичною культурою у студентів вищих навчальних закладів за весь період навчання / В. М. Лисяк // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2013. – № 3. – С. 199–203.
3. Опришко Н. О. Порівняльний аналіз ставлення студенток до занять з фізичного виховання / Н. О. Опришко // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. – Чернігів, 2013. – Вип. 112, т. 3. – С. 270–272.
4. Петрук Л. А. Рівень фізичного стану як чинник мотивації студенток спеціальних медичних груп університету до фізкультурно-оздоровчої діяльності / Л. А. Петрук, О. Т. Кузнецова // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету ім. Т. Г. Шевченка. – Чернігів, 2013. – Вип. 112, т. 3. – С. 286–289.
5. Салатенко І. О. Вивчення мотивів та інтересів студенток економічних спеціальностей до занять фізичними вправами та спортом / І. О. Салатенко, О. Я. Дубинська // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту, 2012. – № 2. – С. 104–107.
6. Psychometric Properties of the “Sport Motivation Scale (SMS)” Adapted to Physical Education / A. Abraldes, J. A. Sanchez-Fuentes, M. Gomes-Lopez, A. Baena-Extremera, A. Granero-Gallegos // Journal of Sports Science and Medicine, 2014. – Vol.13. – P. 801–807.

**ОПРЕДЕЛЕНИЕ МОТИВОВ К ЗАНЯТИЯМ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ
СТУДЕНТОК ВТОРОГО КУРСА ВУЗ ЭКОНОМИЧЕСКОГО ПРОФИЛЯ**

**Наталья ОПРИШКО, Эдуард МАЛЯР,
Владимир ЛЕВЧУК, Иван ТВАРДОВСКИЙ**

Тернопольский национальный экономический университет

Аннотация. В статье определены приоритетные мотивы к занятиям по физическому воспитанию студенток второго курса экономических специальностей. Проанализированы результаты анкетного опроса о субъективной оценке респондентками уровня своего здоровья и организационно-методического обеспечения при проведении занятий по физическому воспитанию. Определены пути привлечения студенток к активным занятиям физическими упражнениями.

Ключевые слова: мотивация, физическое воспитание, студентки.

**MOTIVATING FACTORS FOR 2nd YEAR UNIVERSITY FEMALE STUDENTS
IN ECONOMICS TO TAKE PHYSICAL EDUCATION CLASSES**

**Nataliya OPRYSHKO, Eduard MALYAR,
Volodymyr LEVCHUK, Ivan TVARDOVSKY**

Ternopil National Economic University

Abstract. The article identifies the factors that motivate 2nd year female students in economics to take physical education classes. A subjective analysis of the health of the female students has been undertaken and result of survey by questionnaires have been presented, as well as a description of the students' attitudes regarding the organization and methods of the physical education classes they attended. It has been concluded that further research is required regarding how best to encourage female students to educate themselves to the active physical exercise.

Keywords: motivation, physical education, female students.