

УДК 796.01.

*Світлана Переверзева,
Тарас Андрианов,
Татьяна Дронникова,
Екатерина Дронникова*

Определение факторов мотивации старшеклассников к занятиям физической культурой и спортом

*ДВНЗ “Криворожский национальный университет” (г. Кривой Рог);
Криворожская общеобразовательная школа I–III степеней № 28 (г. Кривой Рог)*

Постановка научной проблемы и её значение. На сегодняшний день отношение старшеклассников к занятиям физической культурой и спортом является одной из наиболее актуальных социально-педагогических проблем. Система образования требует качественного и инновационного подхода к потребностям человека, формирования стойких мотиваций к физкультурно-спортивной деятельности как важной составляющей здорового образа жизни, позитивного социального поведения. Методическая литература и многочисленные исследования свидетельствуют о том, что физическая деятельность не стала для подростков необходимостью. Причиной этого являются особенности современных условий жизни, резкий рост технического прогресса, интенсивное возрастание объёмов информации, увеличение учебной нагрузки, а также недостаточная осведомленность старшеклассников в сфере здорового образа жизни и владение неполной информацией о состоянии личного здоровья [8]. Поэтому актуально исследовать мотивационную сферу учащихся к занятиям физической культурой и спортом, так как мотивация является одним из важнейших компонентов в процессе организации занятия старшеклассников и их активного, осознанного отношения к учению, что в дальнейшем будет способствовать развитию познавательного интереса, повышению работоспособности, приобретению функциональной стойкости организма и сохранению здоровья.

Аналіз останніх досліджень і публікацій із цієї проблеми. Научные публикации свидетельствуют о том, что формирование мотивации старшеклассников неразрывно связано со специфическими психологическими характеристиками [5]. Достаточно давно учёные начали заниматься исследованием мотивации учебного процесса. В теории и методике физического воспитания, педагогике и педагогической психологии появилось множество работ отечественных и зарубежных авторов. Такие специалисты, как В. Г. Григоренко, С. С. Занюк, В. Н. Пристинский, Е. П. Ильин, рассматривают мотивацию как основной фактор детерминанты поведения человека. Они считают, что, являясь побудительной причиной, мотивация даёт поведению человека определенное направление и заставляет поступать именно так, а не по-другому [4; 5; 6].

Научные публикации последних лет помогают нам в определении структуры внешних и внутренних факторов, которые влияют на формирование мотивации учащихся к физкультурно-спортивной деятельности. Учёные утверждают, что “для выяснения мотивации старшеклассников в данной сфере и определения путей её формирования необходимо установить побуждения, которыми руководствуется молодёжь в своих поступках, желаниях, в процессе учебной и внеклассной деятельности. Мотивационная сфера всегда состоит из ряда побуждений: идеалов и ценностных ориентаций, целей, мотивов, интересов, потребностей, которые, тренер и учитель физической культуры должны использовать для эффективной учебно-тренировочной деятельности” [2, 38].

Задачи исследования – обобщить данные научно-методической литературы по проблеме формирования мотивации учения; изучить мотивы, побуждающие к занятиям физической культурой и спортом; выявить факторы, влияющие на формирование мотивов и интересов физкультурно-спортивной деятельности.

В исследовании использованы **методы** теоретического анализа научной, методической, специальной литературы и обобщение практического опыта по поставленной проблеме.

Изложение основного материала и обоснование полученных результатов исследования. Известно, что “успех в какой-либо деятельности в определенной мере зависит не только от способностей и знаний, но и от стремления самоутвердиться, достичь высоких результатов. Чем более высокий уровень мотивации, тем больше усилий прилагает личность” [1, 94].

Мотив – это причинно–следственный аспект, побуждающий личность к действию или бездействию. Мотивы, как правило, подразделяются на социально значимые, личностно значимые и профессионально значимые, положительные и отрицательные. Мотивы определяются знаниями, убеждениями, установками, интересами и потребностями. Личностный смысл мотива представляет собой индивидуализированное отражение действительности, выражающее отношение личности к тем объектам, ради которых разворачиваются её деятельность и общение.

Структура мотивации в образовании составляет иерархическую модель классификации мотивов: часто используемая и предложенная американским психологом А. Маслоу – физиологические потребности; потребности безопасности; потребности в социальных связях; потребности самоуважения; потребности самоактуализации. Перечисленные потребности считаются низшими (нужды), за исключением самоактуализации, которая относится к ряду высших (рост). Вышеперечисленные виды мотивов в различных их сочетаниях могут присутствовать в физкультурно-спортивной деятельности и способствовать осознанному и эффективному развитию личности старшеклассников, при умелом и творческом подходе преподавателя или тренера к данной деятельности. Этот процесс обусловливается развитием занимающихся от личностно значимых мотивов к социально значимым, от низших потребностей к высшим [7]. Вышерассмотренные теоретически данные научно-методической литературы составляют единую систему развития мотивационного направления и рассматриваются в проведенном нами исследовании.

Исследование проводилось на базе общеобразовательных школ №123 и №28. В нём приняли участие ученики старших классов. Общее количество опрошенных составило 147 человек. Установленные результаты нашего исследования мотивов занятий старшеклассников физической культурой и спортом показали, что первое место, как у девушек, так и у парней, занимает мотив совершенствования формы тела. Юноши объясняют выбор данного мотива тем, что хотят иметь красивую спортивную фигуру и хорошее здоровье. Девушкам уроки физической культуры помогают поддерживать хорошую форму и бороться с избыточным весом.

Еще одним из мотивов для старшеклассников является улучшения состояния здоровья и физической закалки, которые в некоторой степени определяют дальнейшую жизненную деятельность человека. Это свидетельствует о том, что школьники с возрастом больше внимания уделяют своему здоровью.

Исследования структуры мотивов показали, что у парней приоритетным при занятиях физическими упражнениями есть мотив достижения спортивных результатов. Это связано именно с самоутверждением и самореализацией. Среди девушек мало кто задается целью достижения высоких спортивных результатов, большинство хочет заниматься физическими упражнениями ради удовольствия и активного отдыха.

Мы решили определить спортивные интересы, которые наиболее популярны у старшеклассников, и факторы, которые влияют на мотивацию к занятиям физической культурой и спортом. В данном исследовании принимали участие 147 человек – 68 юношей и 79 девушек. При проведении сравнительного анализа спортивных интересов тех, кто занимается в спортивных секциях, установлено, что наиболее популярными видами спорта юноши выбрали футбол (92 %), баскетбол (62 %), плавание (96 %), бодибилдинг (52 %), различные виды единоборств (38 %), туризм (22 %), спортивное ориентирование (14 %), легкую атлетику (37 %), волейбол (86 %). Девушки отдают предпочтение аэробике (65 %), плаванию (77 %), шейпингу (93 %), фитнесу (67 %), волейболу (83 %).

Расхождения между количеством тех, кто занимается этими видами спорта, и желающими заниматься можно объяснить такими причинами: состояние здоровья, отсутствие условий для занятий некоторыми видами спорта, отсутствие помещений, оборудования, а также недостаточный уровень квалификации и нежелание некоторых учителей физкультуры включать новые виды двигательной активности в структуру уроков физической культуры, что приводит к низкой мотивации учащихся в деятельности, направленной на реализацию своих интересов.

Низкая мотивация деятельности учащихся связана с определенными факторами, что в разном соотношении может выступать в соответствии с условиями проживания молодёжи, окружающей среды, семейного воспитания [3].

Нами установлено, что некоторые из старшеклассников плотно подходят к осознанию своей мотивации. Осознание их мотивов и целей осуществляется через сопоставление с мотивами и целями товарищей. Учащиеся соотносят свою мотивацию и мотивацию сверстников с образцами, идеалами, принятыми в современном обществе. В связи с этим нас объективно интересовали факторы, которые

преимущественно определяют влияние на формирование отношения учащихся к занятиям физической культурой и спортом. Значительное влияние на старшеклассников в мотивационной структуре оказывают личность учителя физической культуры, тренера; товарищей по учёбе, близких друзей, примеры из жизни выдающихся спортсменов.

У старшеклассников относительно равноценными по влиянию есть такие внешние факторы, как советы родителей (50,9 %), консультации преподавателя (49,7 %), тренера (56,8 %), посещения соревнований (65 %), знания о пользе физических упражнений (59 %), советы друзей (64 %), телепередачи и пресса (51,33 %).

Семейное воспитание играет важную роль в формировании мотивационной сферы молодёжи. Семейные традиции передаются из поколения в поколение. Приобщая ребёнка к спорту с раннего детства, родители заранее беспокоятся о его здоровье и вырабатывают привычку к систематическим занятиям физической культурой и спортом, которая становится образом жизни и сохранения здоровья. Известно, что у детей, занимающихся спортом, с раннего детства вырабатывается иммунитет к разным заболеваниям и к тому же они менее склонны к таким вредным привычкам, как курение, алкоголизм, наркомания и др.

Во время исследования мы выяснили, что бывают мотивы, не только побуждающие к занятиям физической культурой, но и мешающие: нет интереса к занятиям физической культурой и спортом; высокая степень самооценки физического состояния; нерациональное использование свободного времени; отсутствие спортивного инвентаря; невидение пользы от физкультурно-спортивной деятельности; большая загруженность учебной программой; недостаточный контроль со стороны родителей. Основными причинами такого состояния есть отсутствие индивидуально ориентированного подхода к формированию у учеников позитивной мотивации к занятиям физической культурой в урочной и внеурочной деятельности.

Выводы. В целом можно сказать, что мотивация является одним из важнейших компонентов в процессе организации учебной деятельности. И старшеклассники руководствуются различными мотивами, среди которых наиболее популярными есть совершенствование формы тела, улучшение и укрепление здоровья, необходимость формирования и развития на протяжении всей жизни, достижение высокого спортивного результата.

Существует множество факторов, которые влияют на мотивацию старшеклассников к занятиям физической культурой, но главные среди них – это знания, убеждения, желания и поиск причин, что мешают реализовать цель, а ещё советы родителей, учителей и друзей.

“Цель, поставленная учителем, должна стать целью ученика, между мотивами и целями существует весьма сложные отношения. Наилучший путь движения – от мотивов к цели, т. е. когда ученик уже имеет мотив, побуждающий его стремиться к заданной учителем цели” [7, 185].

Перспективы дальнейших исследований. Процесс формирования мотивации старшеклассников неразрывно связан со специфическими психологическими характеристиками. В связи с этим перспективами дальнейших исследований в данном направлении является дальнейшая разработка методических рекомендаций, направленных на формирование психолого-педагогических условий развития мотивации с учётом индивидуальных особенностей старшеклассников.

Список использованной литературы

1. Асеев В. Г. Мотивация поведения и формирования личности / Асеев В. Г. – М. : Мысль, 1976. – 156 с.
2. Гогунев Е. Н. Психология физического воспитания и спорта : учеб. пособие / Е. Н. Гогунев, Б. И. Мартыанов. – М. : Академия, 2002. – 287 с.
3. Вісник Міжнародного дослідницького центру: “Людина: мова, культура, пізнання” : щокварт. наук. журн. [гол. ред. О. М. Холод]. – 2011. – Т. 29 (2). – 118 с.
4. Занюк С. С. Психологія мотивації : навч. посіб. для студ. ВНЗ / Занюк С. С. – К. : Либідь, 2002. – 302 с.
5. Ильин Е. П. Психология физического воспитания : учеб. пособие для пед. ин-тов / Ильин Е. П. – М. : Просвещение, 1987. – 187 с.
6. Пристинський В. М. Взаємозв'язок пізнавальної активності та розвитку мотивації до занять фізичною культурою в навчально-виховному процесі загальноосвітніх шкіл / В. М. Пристинський, Н. О. Курисько, Т. М. Пристинська, О. І. Григоренко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наук. моногр. за ред. проф. С. С. Єрмакова – Х. : ХДАДМ (ХХІІІ), 2008. – № 6. – С. 59–63.
7. Проблеми сучасної валеології, фізичної культури та реабілітації : матеріали V Всеукр. наук.-практ. конф. – Херсон : Вид-во ХДУ, 2011. – 254 с.
8. Раевский Р. Т. Здоровье, здоровый и оздоровительный образ жизни студентов / Р. Т. Раевский, С. М. Кашишевский / под. общ. ред. Р. Т. Раевского. – Одесса : Наука и техника, 2008. – 556 с.

Анотації

В статье рассматриваются мотивационная сфера старшеклассников к занятиям физической культурой, определение факторов влияния и анализа спортивного интереса. Особенное внимание уделяется проблеме сознательного отношения личности к развитию собственного здоровья, выявлена определенная иерархия мотивов. Полученные данные свидетельствуют о необходимости мотивированного развития и привития интереса к занятиям физической культурой. Только при условии рациональной организации научно-воспитательного процесса можно повысить уровень мотивации старшеклассников.

Ключевые слова: *мотивация, старшеклассники, физическая культура, спорт, здоровье, факторы влияния, спортивный интерес.*

Світлана Переверзева, Тарас Андріанов, Тетяна Дроннікова, Катерина Дроннікова. Визначення факторів мотивації старшокласників до занять фізичною культурою та спортом. *У статті розглянуто мотиваційну сферу старшокласників до занять фізичною культурою та спортом, визначення факторів впливу й аналізу спортивного інтересу. Особливу увагу приділено проблемі свідомого ставлення особистості до розвитку власного здоров'я, виявлено певну ієрархію мотивів. Отримані результати свідчать про необхідність мотивованого розвитку особистості та прищеплення інтересу до занять фізичною культурою. Тільки за умов раціональної організації навчально-виховного процесу можна підвищити рівень мотивації старшокласників.*

Ключові слова: *мотивація, старшокласники, фізична культура, спорт, здоров'я, фактори впливу, спортивний інтерес.*

Svitlana Pereverzeva, Taras Andrianov, Tetiana Dronnikova, Kateryna Dronnikova. Determination of Motivational Factors of Senior Pupils to Physical Culture and Sport. *In the article motivational sphere of senior pupils to physical culture lessons, factors of influence and analysis of sporting interest are examined. Special attention is paid to the problem of conscious relation of personality to development of own health, we've found a specific hierarchy of reasons. Information that we have received shows us necessity of reasonable development of interest to physical culture lessons. Only if we rationally organize study-educational process level of motivation of senior pupils will increase.*

Key words: *motivation, senior pupils, physical training, sport, health, factors of influence, sporting interest.*

УДК 37.037

Богдан Семенів

Обґрунтування змісту професійно орієнтованої фізичної підготовки студентів факультету харчових технологій

Львівський національний університет ветеринарної медицини та біотехнологій ім. С. З. Гжицького (м. Львів)

Постановка наукової проблеми та її значення. Розвиток науково-технічного прогресу привів до механізації та автоматизації виробничих процесів, що суттєво знизило фізичні навантаження на працівників. Одночасно значно збільшились інтенсивність і напруженість праці, підвищилась індивідуальна відповідальність за результати виробничої діяльності. Усе це повною мірою стосується й професійної діяльності фахівців у галузі харчових технологій.

У зв'язку з цим підвищується значення якісної професійно орієнтованої, у тому числі й фізичної, підготовки фахівців, чия праця в умовах сучасного науково-технічного прогресу має особливе значення.

У сучасних соціально-економічних умовах важливого значення набуває професійна підготовка студентів у вищих навчальних закладах. Збереження й укріплення здоров'я студентської молоді, формування в неї потреби у фізичному вдосконаленні та здоровому способі життя є одним із завдань фізичного виховання. Принцип органічного зв'язку фізичного виховання з практикою трудової діяльності найбільш конкретно втілюється в професійно-прикладній фізичній підготовці.

Фізичне виховання в системі вищої освіти повинно спиратися на нові технології викладання, що дасть змогу забезпечити професійну фізичну й психофізіологічну готовність студентів до виконання професійних обов'язків. Тому пошук шляхів підвищення ефективності занять професійно орієнтованою фізичною підготовкою зі студентами факультету харчових технологій є актуальним.