

УДК 796

Путров О.Ю.¹, Лойко Н.В.²

¹старш. викл. НУ «Запорізька політехніка»

²студ. гр. ІФ-511 НУ «Запорізька політехніка»

МОТИВАЦІЯ СТУДЕНТІВ ВИЩИХ ТЕХНІЧНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ ДО ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

У сучасних умовах соціально-економічні зміни ставлять перед фізкультурно-оздоровчою роботою серед студентів нові вимоги до вдосконалення форм, засобів та методів. Відповідно до досліджень фахівців у галузі фізичного виховання, сучасна молодь стає фізично слабкішою, розвиток рухових здібностей не відповідає вимогам підготовки фахівців нового покоління. Низький інтерес студентів до занять фізичною культурою є одним з чинників цього процесу. Найбільш значущими мотивами студентів для занять фізичним вихованням є бажання поліпшення зовнішнього вигляду, покращення здоров'я, профілактика розвитку стресових станів та уникнення конфліктів з викладачами. Але, як правило, студенти готові займатися фізичною культурою в основному із-за необхідності отримання академічного заліку з дисципліни «Фізичне виховання». За даними, тільки 10% студентів самостійно займаються фізичним вдосконаленням.

Мотивація є ключовим фактором у реалізації фізичної активності. Вона відображається у всіх основних компонентах людської поведінки: напряду особистості та її характеру, емоціях, здібностях, психічних процесах та діяльності. Мотивація визначає вибір процесів, їх інтенсивність та тривалість. Вона обґрунтовує цілеспрямованість дії, організованість та стійкість діяльності, спрямованої на досягнення певної мети у фізичному вихованні.

Мотивація ґрунтується на мотивах, що виступають у ролі конкретних причин, які змушують людину діяти та здійснювати вчинки.

У фізичному вихованні мотивацію формують потреби у збереженні та покращенні здоров'я, розвиток фізичної спритності та спортивних досягнень, задоволення від фізичної активності тощо.

Мотиви складаються з динамічних систем, у яких здійснюється аналіз та оцінка альтернатив, вибір та ухвалення рішень. У процесі фізичного виховання мотиви є ключовим чинником у формуванні позитивної мотиваційної сфери, що дозволяє досягати кращих результатів у спортивних досягненнях та збереженні здоров'я. Отже, розуміння та підтримка мотивації є необхідним елементом в процесі фізичного виховання.

Згідно з дослідженням Є. Коновалова, студенти мають різні мотиваційно-ціннісні орієнтації до занять фізичною культурою. Професійні мотиви пов'язані з використанням засобів фізичної культури у розвитку професійних психофізичних якостей, формуванні знань і умінь для профілактики і збереження професійного здоров'я та підтримки працездатності. Оздоровчі мотиви спрямовані на покращення фізичних і функціональних можливостей організму та збереження і зміцнення здоров'я. Соціальні мотиви пов'язані з формуванням відчуття відповідальності, розумінням соціальної значущості навчання, толерантними відносинами з іншими людьми, затвердженням своєї ролі і позиції у суспільстві. Пізнавальні мотиви стосуються ерудиції, підвищення інформованості у галузі фізичної культури, здорового способу життя, реалізації відчуття задоволеності від самого процесу навчальної діяльності та отриманого результату.

Крім того, К.Е. Афанасенко вважає, що структурними компонентами фізичної культури особистості виступають: мотиваційно-ціннісний, що відображає емоційне ставлення сформовану потребу до фізичної культури, систему знань, інтересів, мотивів і переконань, пізнавальну і практичну діяльність щодо оволодіння цінностями фізичної культури, націленість на здоровий спосіб життя і фізичне вдосконалення; операціональний представлений руховими умінями, навичками, фізичним розвитком і фізичною підготовленістю; практико-діяльнісний (особистісно-творчий), що відображає види діяльності у сфері фізичної культури (пізнавальну, пропагандистську, інструкторську, професійну й ін.).

Здоров'язбережувальна компетенція студентів вищих технічних навчальних закладів має три структурні компоненти, зокрема: пізнавальний, що вказує на те, що студенти повинні мати знання про здоров'язбереження, а також бажання отримувати, розширювати та поглиблювати цізнання; емоційний, що передбачає наявність у студентів позитивних емоцій щодо здоров'язбережувальної діяльності,

зокрема, у процесі занять фізичною культурою та спортом; та поведінковий, що передбачає наявність у студентів певних умінь та навичок здоров'язбережувальної діяльності.

Висновки. Змінюючи мотивацію студентів вищих технічних навчальних закладів до здоров'язбережувальної діяльності, можна використовувати значущий мотив у вигляді отримання атестації з дисципліни «Фізичне виховання». Для цього можна використовувати рейтингове оцінювання, в рамках якого проводиться моніторинг індивідуальних досягнень студентів у фізичній підготовці, відвідуванні занять з фізичного виховання, участі у спортивних змаганнях з різних видів спорту та студентських наукових конференціях, а також результатів самостійної навчально-дослідницької роботи. Організацію, проведення і зміст фізкультурно-оздоровчих занять необхідно здійснювати відповідно до специфіки майбутньої професійної діяльності студентів та їх інтересів у сфері оздоровлення.