УДК: 378.015.3:005.32:796/799

Актуальные вопросы физического воспитания в высших учебных заведениях

**Є. В. Селіванов**

*Харківський національний медичний університет*

*(м.Харків, Україна)*

**ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ І ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ**

**Е. В. Селиванов**

*Харьковский национальный медицинский университет*

*(г. Харьков, Украина*)

**ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ И ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ**

**E.V. Selivanov**

*Kharkiv national medical university*

*(Kharkiv, Ukraine)*

**PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS AND FORMATION OF MOTIVATION TO CLASSES**

**Анотація**. У статті розглянуто проблему нестачі усвідомленої рухової активності у студентів вищих навчальних закладів. На основі аналізу даних отриманих методом анкетування та опитування виділені основні види мотивів, які спонукають студентську молодь до занять фізичним вихованням.Представлені результати аналізу деяких мотиваційних комплексів, наведені дані про перспективні напрями в цій сфері. Охарактеризовані цілі, які стоять перед викладачем при формуванні мотиваційних комплексів, описані підходи вирішення даного завдання шляхом спонукання студентів на ціннісне і відповідальне ставлення до занять фізичним вихованням. Розглядаючи проблеми фізичного виховання студентів у вищих навчальних закладах, характерні для нашого часу, ми пропонуємо способи їх усунення. Це коригування напрямку мотивів, перенесення мотиву з результату діяльності на сам процес, забезпечення теоретичної, практичної, методичної підготовки студентів тощо.

*Ключові слова*: студенти, мотивація, фізичне виховання, вищі навчальні заклади.

**Аннотация**. В статье рассмотрена проблема недостатка осознанной двигательной активности у студентоввысших учебных заведений. На основе анализа данных полученных методом анкетирования и опроса выделены основные виды мотивов, побуждающие студенческую молодёжь к занятиям физическим воспитанием. Представлены результаты анализа некоторых мотивационных комплексов, приведены данные о перспективных направлениях в этой области. Охарактеризованы цели, которые стоят перед преподавателем при формировании мотивационных комплексов, описаны подходы решения данной задачи путём побуждения студентов на ценностное и ответственное отношение к занятиям физическим воспитанием. Рассматривая проблемы физического воспитания студентов в высших учебных заведениях, характерные для нашего времени, мы предлагаем способы их устранения. Это корректировка направления мотивов, перенос мотива с результата деятельности на сам процесс, обеспечение теоретической, практической, методической подготовки студентов и т.д.

*Ключевые слова*: студенты, мотивация, физическое воспитание, высшие учебные заведения.

**Annotation.** The problem of lack of conscious motor activity at students of higher educational institutions is considered in the article. The main types of motives, inducing student's youth to physical education classes, are allocated by the method of questioning and poll on the basis of the analysis of data the obtained. Results of the analysis of some motivational complexes are presented, data on the perspective directions are provided in this area. The purposes, which face the teacher when forming motivational complexes, are characterized, the approaches of the solution of this task are described by motivation of students on valuable and responsible attitude to physical education classes. Considering problems of physical education of students in higher educational institutions are characteristic of our time, we offer ways of their elimination. It is correction of the direction of motives, transfer of motive from result of activity on the process, ensuring theoretical, practical, methodical training of students, etc.

**Keywords:** students, motivation, physical education, higher educational institutions.

**Постановка проблемы в общем виде**. Вопрос сохранения и укрепления здоровья современных юношей и девушек является очень актуальным. Представители этой категории населения часто испытывают недостаток двигательной активности, что связано не только с нехваткой времени и большими учебными нагрузками, но также с отсутствием мотивации. В то же время происходит качественное преобразование всех сфер развития социума, что повышает требования к физической подготовке студентов высших учебных заведений (ВУЗ). Поэтому физическое воспитание является важной составляющей общей вузовской системыподготовки квалифицированных специалистов, которые могли бы реализовать себя в условиях современного рынка.

**Анализ последних исследований и публикаций, в которых рассмотрены варианты решения проблемы**. Мотивация студентов высших учебных заведений к занятиям физическим воспитанием является актуальной проблемой. Эта тема стала предметов исследования таких специалистов, как О. Т. Кузнєцова (2016), В. Л. Волков (2010), С. В. Гущина (2005), Є. О. Котов (2005), М. Я. Виленский (1990),Г. К. Карповский (1984), и т.д.

**Цель исследования**. На основе литературных источников, наблюдений, результатов анкетирования рассмотреть актуальные проблемы физического воспитания студентов. Выявить ведущие аспекты формирования мотивации.

**Задачи исследования**. Анализ теоретических данных и результатов анкетирования студентов для определения эффективных направлений в сфере формирования устойчивой мотивации к занятиям физическим воспитанием. Повышение мотивации самореализации и самоопределения в сфере физической культуры и спорта.

**Материал и методы исследования**. Согласно многочисленным литературным источникам [, , , , ], причиной невысокой двигательной активности учащихся современных ВУЗов является отсутствие устойчивых привычек и соответствующих жизненных стереотипов. У студента, как и у любого взрослого человека, склонность к занятиям физической культурой и спортом формируется исключительно на основе сознательного побуждения [5, 7, 8, 9, 10]. Поэтому так важно использовать грамотно подобранный мотивационный комплекс.

В ходе анкетирования 134 студентов первого курсаХарьковского национального педагогического университета им. Г. С. Сковороды были выявлены наиболее эффективные виды мотивов, пробуждающие в молодых людях интерес к физическому воспитанию. К ним относятся:

1. Академические. Поскольку занятия по дисциплине «физическое воспитание» обязательно входят в программу обучения в высших учебных заведениях, многие студенты стремятся сдать своевременно зачёт по этой дисциплине с целью повышения академической успеваемости.
2. Оздоровительные и эстетические. Речь идет о стремлении хорошо выглядеть и иметь крепкое здоровье.
3. Коммуникативные. Заниматься физической культурой и спортом можно в группе, что открывает прекрасные возможности не только для новых достижений, но и для общения.
4. Соревновательные или развивающие. Эти виды мотивации несколько похожи друг на друга. Но в первом случае человек стремится превзойти в чем-то окружающих, а во втором – усовершенствовать самого себя, добиться успехов в выбранной сфере деятельности.
5. Рекреационные. Занятия физическим воспитаниемпрекрасно влияют на восстановление работоспособности человека [7], что особенно важно для студентов, постоянно существующих в условиях стрессовых ситуаций и повышенных нагрузок.
6. Статусные. Физическое воспитание входит в моду, что оказывает влияние на лиц, подверженных влиянию средств массовой информации.
7. Профессионально-ориентированные. Для учащихся разных специальностей важны определенные профессиональные качества. Поэтому в данном случае мотивацией становится подготовка к предстоящей трудовой деятельности. Занятия учебной дисциплиной «физическое воспитание» по специально разработанным программам позволяют студентам в будущем без труда реализовать себя в выбранной профессии.

У большинства студентов, согласно результатам проведенных нами исследований, преобладает академическая мотивация (рис. 1).

*Рис. 1 Мотивы, побуждающие студентов к занятиям физическим воспитанием*

Зачастую, студент ориентирован на получение результата, а не на саму деятельность. Поэтому современная система физического воспитания учащихся высших учебных заведений требует корректировки.

Самым важным мотивом, который может использоваться для решения задач физического воспитания, является укрепление здоровья. В одном комплексе с ним целесообразно применять:

- формирование новых навыков и умений;

- получение дополнительных знаний;

- удовлетворение потребности в движении;

- повышение работоспособности;

- улучшение качества жизни.

Из них можно сформировать максимально эффективный мотивационный комплекс. Причем преподаватели должны использовать, как внутреннюю, так и внешнюю мотивацию. Другими словами, важна не только самооценка человека, но и оценка окружающих.

Студенческий возраст – это время активного интеллектуального и физического роста юношей и девушек. Однако разные студенты обладают неодинаковыми возможностями, что должно приниматься во внимание преподавателями. Выбирая способы мотивации и средства физического воспитания, которые будут использоваться при работе с теми или иными студентами, важно учитывать их личностные характеристики и возможности. Во внимание должны приниматься следующие параметры:

1. Особенности психологического состояния юношей и девушек.
2. Уровень физической подготовленности и состояние здоровья.
3. Специфика выбранной профессии.
4. Результаты опросов, психологических тестов, анкетирования.

В процессе формирования мотивационных комплексов могут использоваться разные инструменты педагогической деятельности. Перед преподавателем стоят следующие цели:

1. Создать для студента комфортную психологическую атмосферу, вызвать у него интерес, сформировать положительное отношение к физическим упражнениям.
2. Подчеркнуть личностную значимость, использовать демократичный стиль общения, дать учащемуся возможность самостоятельного выбора.
3. Заменить командные и принудительные методы теми, которые помогают выработать интерес к занятиям по дисциплине физическое воспитание. Это самый эффективный способ мотивации.
4. Использовать упражнения и комплексы упражнений оптимальной сложности, ориентируя их на специфику профессиональной деятельности учащихся.
5. Использовать соревновательные моменты.
6. Учитывать предпочтения учащихся при выборе подходящего направления деятельности.
7. Обеспечить студентов не только практическими, но и теоретическими знаниями в необходимом объеме.
8. Выработать привычку к занятиям физической культурой, которая, в свою очередь, создаст потребность в них.

Выработать у учащихся ценностное и ответственное отношение к занятиям физическим воспитанием можно с помощью двух подходов, дополняющих друг друга. Они таковы:

1. Дифференцированный подход к организации занятий. В основе этого направления лежит изучение личностных особенностей студентов, оценка их физического состояния, получение информации с помощью анкетирования, опросов, диагностика индивидуальных качеств и анализ предрасположенности к тем или иным видам нагрузок.
2. Деятельностный подход. Речь идет о практических мероприятиях по вовлечению учащихся в процесс физического воспитания. Каждый студент учится самонаблюдению, самоанализу, выбирает область деятельности, которая оптимально соответствует его физическому и интеллектуальному развитию, а также профессиональной ориентированности.

Совместное применение двух рассматриваемых подходов позволяет заменить академическую мотивацию оздоровительной, которая отличается значительно большей эффективностью. Студенты высших учебных заведений лучше осознают важность и ценность физического воспитания, учатся заниматься самостоятельно, приобретают знания и навыки, которые потом понадобятся им в жизни и в профессии. Создается мощный мотивационный комплекс, позволяющий добиться высоких результатов.

**Выводы и перспективы дальнейших исследований**. Проблема недостатка двигательной активности студентов является весьма актуальной в современном обществе. Чтобы решить ее, необходимо разработать оптимальный мотивационный комплекс для представителей разных специальностей. Задача преподавателей состоит в том, чтобы сформировать у учащихся потребность в занятиях физическим воспитанием, пробудить у них интерес к собственному здоровью, мотивировать не на процесс, а на результат. Для решения этой задачи следует использовать, как теоретические разработки, так и систематические практические занятия.

Скорректировать направление мотивов позволяет учет личностных данных студентов, их интересов, целей, стремлений. Кроме того, важно принимать во внимание возраст учащихся и их исходную физическую подготовленность. В процессе разработки мотивационного комплекса для той или иной группы студентов ВУЗа нужно учитывать такие моменты, как: психологический комфорт, принцип сознательности, демократичный стиль общения, возможность выбора, систематичность занятий, соревновательная деятельность. Кроме того, важно обеспечить учащихся необходимыми знаниями. Это поможет им самостоятельно использовать средства физической культуры и контролировать данный процесс. Грамотная теоретическая, методическая и практическая подготовка – один из важнейших факторов процесса физического воспитания учащихся ВУЗа.

**Литература:**

1. Ажиппо О. Ю. Вступ до вищої фізкультурної освіти [Текст] : навч. посіб. для студентів ВНЗ / О. Ю. Ажиппо [та ін.] ; Харків. держ. акад. фіз. культури. – Харків : Точка, 2014. – 243 с.
2. Волков В. Л. Теоретико-методичні засади розвитку фізичних здібностей студентів у системі фізичної підготовки : дис… д-ра. пед. наук: 13. 00. 02 – теорія та методика навчання / В. Л. Волков – Київ, 2010. – 656 с.
3. Гущина С.В. Воспитание ценностного отношения молодежи к физической культуре / С.В. Гущина // Олімпійський спорт і спорт для всіх : тез. доп. ІХ Міжнародного наукового конгресу. – Київ : Олімпійська література, 2005. – С. 127.
4. Ермаков С. С. Физическая культура и спорт в жизни студентов Восточно-Европейского региона: современное состояние и перспективы развития / С. С. Ермаков, М. Цеслицка, Р. Мушкета // Физическое воспитание студентов, 2015. – № 6. – С. 16 – 30.
5. Котов Є. О. Рівень інтересу студентів до фізичного виховання і спорту / Є. О. Котов // Фізичне виховання, спорт і культура здоров’я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. – Луцьк, 2005. – Т. 1. – С. 250 – 253.
6. Кошелева Е. А. Организационно-методические условия построения процесса физического воспитания в вузе как фактор формирования мотивации студентов к занятиям физической культурой / Е. А. Кошелева // Физическое воспитание студентов. – 2012. – № 3. – С. 70 – 73.
7. Круцевич Т.Ю. Управление физическим состоянием подростков в системе физического воспитания : дис. … д-ра наук по физическому воспитанию и спорту : спец. 24.00.02 / Круцевич Татьяна Юрьевна; Нац. ун-т физ. восп. и спорта Украины. – К., 2000. – 510 с.
8. Кузнєцова О. Порівняльний аналіз чинників мотивації до занять фізичним вихованням студентів різних навчальних відділень університету / О. Кузнєцова // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання і спорту / за заг. ред. Євгена Приступи. – Львів, 2016. – Вип. 20, Т. 2. – С. 244 – 250.
9. Кузнєцова О. Т. Рівень фізичного стану як чинник мотивації студенток спеціальних медичних груп університету до фізкультурно-оздоровчої діяльності / О. Т. Кузнєцова, Л. А. Петрук // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету ім. Т. Г. Шевченка. Серія : Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. – Чернігів, 2013. – Вип. 112. – Т. 3. – С. 286 – 289.

1. [Москаленко Н.](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?Z21ID=&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&S21STN=1&S21REF=10&S21FMT=fullwebr&C21COM=S&S21CNR=20&S21P01=0&S21P02=0&S21P03=A=&S21COLORTERMS=1&S21STR=%D0%9C%D0%BE%D1%81%D0%BA%D0%B0%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE%20%D0%9D$" \o "Пошук за автором) Технологія формування ціннісного ставлення у студентів до самостійних занять фізичною культурою / Н. Москаленко, Н. Корж // [СпортивнийвісникПридніпров'я](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?Z21ID=&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&S21STN=1&S21REF=10&S21FMT=JUU_all&C21COM=S&S21CNR=20&S21P01=0&S21P02=0&S21P03=IJ=&S21COLORTERMS=1&S21STR=%D0%9622748). – 2016. – № 1. – С. 201–206.

**References**

1. Azhippo O. Ju. Vstup do vishhoyi fіzkul'turnoyi osvіti [Tekst] : navch. posіb. dlja studentіv VNZ / O. Ju. Azhippo [ta іn.] ; Kharkіv. derzh. akad. fіz. kul'turi. – Kharkіv : Tochka, 2014. – 243 p.

2. Volkov V. L. Teoretiko-metodichnіzasadirozvitku fіzichnihzdіbnostej studentіv u sistemі fіzichnoyipіdgotovki : dis… d-ra.ped. nauk: 13. 00. 02 – teorіja ta metodikanavchannja / V. L. Volkov – Kiev, 2010. – 656 p.

3. Gushhina S. V. Vospitaniecennostnogootnoshenijamolodezhi k fizicheskojkul'ture / S. V. Gushhina // Olіmpіjs'kij sport і sport dljavsіh :tez. dop. ІH Mіzhnarodnogonaukovogokongresu. – Kiev :Olіmpіjs'ka lіteratura, 2005. – P. 127.

4. Ermakov S. S. Fizicheskajakul'tura i sport v zhiznistudentovVostochno-Evropejskogoregiona: sovremennoesostojanie i perspektivyrazvitija / S. S. Ermakov, M. Ceslicka, R. Mushketa // Fizicheskoevospitaniestudentov, 2015. – № 6. – P. 16 – 30.

5. KotovE. O. Rіven' іnteresustudentіvdofіzichnogovihovannjaіsportu / E. O. Kotov // Fіzichnevihovannja, sport іkul'turazdorov’ja u suchasnomususpіl'stvі :zb. nauk. pr. – Lutsk, 2005. – T. 1. – P. 250 – 253.

6. Kosheleva E. A. Organizacionno-metodicheskieuslovijapostroenijaprocessafizicheskogovospitanija v vuzekakfaktorformirovanijamotivaciistudentov k zanjatijamfizicheskojkul'turoj / E. A. Kosheleva // Fizicheskoevospitaniestudentov. – 2012. – № 3. – P. 70 – 73.

7. Krucevich T. Ju. Upravleniefizicheskimsostojaniempodrostkov v sistemefizicheskogovospitanija : dis. … d-ranaukpofizicheskomuvospitaniju i sportu : spec. 24.00.02 / KrucevichTat'janaJur'evna; Nac. un-t fiz. vosp. i sporta Ukrainy. – K., 2000. – 510 p.

8. Kuznecova O. Porіvnjal'nij analіz chinnikіv motivacіyi do zanjat' fіzichnim vihovannjam studentіv rіznih navchal'nih vіddіlen' unіversitetu / O. Kuznecova // Molodasportivna nauka Ukrayini : zb. nauk. pr. z galuzі fіz. vihovannja і sportu / za zag. red. EvgenaPristupi. – L'vіv, 2016. – Vip. 20, T. 2. – P. 244 – 250.

9. Kuznecova O. T. Rіven' fіzichnogo stanu jak chinnik motivacіyi studentok specіal'nih medichnih grup unіversitetu do fіzkul'turno-ozdorovchoyi dіjal'nostі / O. T. Kuznecova, L. A. Petruk // Vіsnik Chernіgіvs'kogo nacіonal'nogo pedagogіchnogo unіversitetu іm. T. G. Shevchenka. Serіja : Pedagogіchnі nauki. Fіzichne vihovannja ta sport. – Chernіgіv, 2013. – Vip. 112. – T. 3. – P. 286 – 289.

10. Moskalenko N. Tehnologіja formuvannja cіnnіsnogo stavlennja u studentіv do samostіjnih zanjat' fіzichnoju kul'turoju / N. Moskalenko, N. Korzh // Sportivnij vіsnik Pridnіprov'ja. – 2016. – № 1. – P. 201 – 206.