МОТИВАЦІЙНИЙ ТА ВОЛЬОВИЙ КОМПОНЕНТИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Товт В.А., Михайлович С.О.

Метою дослідження є вивчення мотиваційного та вольового компонентів у багатофакторній структурі фізичного виховання студентської молоді та пошук шляхів підвищення результативності процесу фізичного виховання за посередництвом цих компонентів

Мотиваційний та вольовий компоненти, як складові успішності діяльності людини, вивчалися багатьма вченими. Існує принаймні три основних напрями у дослідженнях проблем мотивації: теорія інстинктів (Вунд, 1874); теоретико-особистісний напрям (Мак-Дауголл, 1908; Ах, 1910; Фрейд, 1915); теоретико-асоціативний напрям (Торндайк, 1898; Павлов, 1927); та дві лінії у практичній психології: активації і научення [9]. Результати дослідження цих напрямів можуть скласти науково-теоретичні засади психології мотивації до фізкультурної та спортивної діяльності. Однак визначенню вкладу мотиваційного та вольового компонентів у практику фізичного виховання студентів достатньо уваги не приділялося. На наш погляд, це пояснюється тим, що у більшості країн, в яких до фізичного виховання студентської молоді ставилися відповідально, їх мотивацією до занять фізичними вправами та спортом підтримувала загальнодержавна політична ідея, яка стимулювала виховання молоді в дусі гідного захисника вітчизни, здатного протистояти будь-яким фізичним навантаженням.

На сьогодні в умовах активізації демократичних процесів та зникнення “залізної завіси”, яка поділяла країни на два ворожих табори, політична ідея завчасної підготовки молоді до війни у багатьох державах і Україні, в тому числі, перестала бути домінуючим стимулом у фізичному вдосконаленні. Це зразу негативно позначилося на рівні фізичної підготовленості молоді та показниках здоров’я. Так, за даними офіційних джерел, 50% студентів в Україні мають незадовільний рівень фізичної підготовленості та у 90% студентів є ті чи інші вади здоров’я [3]. У багатьох вузах країни спостерігається зростання офіційного та прихованого невідвідування урочних форм занять з фізичного виховання, формальне ставлення до виконання його завдань. У деяких вузах рівень студентського спорту упав до критичної позначки. Натомість серед молоді можуть швидко розвинутися соціальні негативні явища: наркоманія, проституція, хуліганство, бандитизм, тощо.

Серед факторів, які визначають успішність реалізації завдань фізичного виховання студентів, як виду діяльності, що потребує достатнього напруження вольової сфери, мотивація до постійного фізичного вдосконалення посідає чільне місце. Практика показує, що механістичне збільшення кількості занять та об’єму фізичного навантаження без відповідної вмотивованості, не дає очікуваного ефекту. Так за результатами нашого експерименту, подвійне збільшення кількості годин на урочні форми занять не привело до підвищення жодного показника фізичної підготовленості студентів і не зменшило показників їх захворюваності.

За результатами опитування, проведеного у національних та державних вузах України, тільки 15,2 % студентів вважають фізичне виховання у вищій школі основною дисципліною, а 84,7% - другорядною. Це співвідношення у відповідях характеризує стан вмотивованості студентів до фізичного виховання, їх неналежне бажання працювати над власним фізичним вдосконаленням.

З метою вивчення ставлення різних категорій студентів до занять з фізичного виховання проводилися спостереження за їх поведінкою, визначалися показники активності та самооцінки, використовувалися анкетні методики. Результати самооцінки ставлення студентів до фізичного виховання за десятибальною шкалою, як одного із основних компонентів їх вмотивованості до цього виду діяльності, надані у таблиці.

Таблиця. **Показники самооцінки ставлення студентів до фізичного виховання**

За таблицею практично між всіма категоріями студентів, які підлягалися дослідженню, у показниках їх ставлення до фізичного виховання є вірогідні відмінності. Так, студенти чоловічої статі оцінюють своє бажання займатися фізичним вихованням - як велике та достатньо велике, в той час як студенти жіночої статі відповідно – середнє і нижче середнього (Р<0,05). Краще ставлення до участі у заняттях з фізичного виховання спостерігається у студентів, які займаються спортом, на відміну від тих, які спортом не займаються (Р<0,01); у студентів, які належать до основної групи і студентів спеціальної медичної групи (Р<0,05); у відмінників навчання та студентів, які мають посередню успішність (Р<0,05). Виявлена відмінність у показниках вмотивованості означених категорій студентів до фізичного виховання доводить важливість диференційованого підходу у використанні до них педагогічного стимулювання до цього виду діяльності та цілеспрямованого формування належної вмотивованості. Крім того, встановлено взаємозв’язок між вмотивованістю до занять та успішністю у фізичному вихованні.

В той же час, вірогідної різниці між студентами перших та других курсів у показниках, які вивчалися, не виявлено, за винятком студентів чоловічої статі. Показники останніх погіршилися (Р<0,05). Отримані дані свідчать про низьку ефективність роботи щодо покращання вмотивованості всіх категорій студентів до занять з фізичного виховання.

На сьогодні існує багато способів формування та закріплення мотивації до фізкультурної діяльності. Так, у мотивації до змагальної діяльності в залежності від етапу підготовки, рівня кваліфікації спортсмена та ін. рекомендується формування психологічної настанови у трьох можливих напрямах: орієнтація на процес удосконалення, орієнтація на успіх та орієнтація на невдачу [6]. А.А.Деркач та А.А.Ісаєв дають перевагу вербальним методам підвищення рівня мотивів, вихованню моральних якостей [2].. Іншими авторами актуалізується метод екстеріорізації функцій управління, тобто, залучення учнів до процесів управління уроком [4] з опорою на використання потреби самоактуалізації [9]. Отже між мотивом та потребою кладеться знак рівності. Теорія властивостей розглядає розвиток потреб, які визначають мотивацію до діяльності, як багатоступінчастий процес від нижчих фізіологічних потреб до потреб безпеки, соціальних контактів, самооцінки, в решті - до вищих потреб самоактуалізації [8].

Особливістю формування потреб до фізичного виховання у студентів є те, що для більшості з них потрібна попередньої “стадії активізації” потреб так, як у багатьох досліджуваних на початку фізичного виховання особливого бажання та вольових проявів реалізувати власну потребу до фізичної активності не спостерігалося. Як виявилося у цих студентів був недостатній попередній досвід фізичного виховання. До подібних висновків прийшли санкт-петербурзькі вчені, які вивчали закономірності періоду адаптації студентів до вищої школи [1].

Для визначення оптимального періоду тривалості процесу активації потреби до фізичної активності та формування відповідної звички був проведений експеримент. Сформовано 5 експериментальних груп (ЕГ 1-5) зі студентів, які не мали достатньої вмотивованості до занять. Досліджувані чотирьох груп залучалися до занять з фізичного виховання примусово: перша ЕГ – протягом одного навчального семестру; друга – 2 семестрів; третя – 3 семестрів; четверта – 4 семестрів навчання. ЕГ-5 з початку експерименту відвідувала заняття за власним бажанням. Після експериментальних примусових занять досліджуваним було надане право вільного відвідування. В результаті: студенти ЕГ-1 самостійно відвідали протягом другого етапу експерименту - 4,2% занять; ЕГ-2 – 42,8%; ЕГ-3 – 49,1%; ЕГ-4 – 50,2%; ЕГ-5 – 4,7%. Отже найбільше збільшення кількості добровільних відвідувань занять припадає на групу студентів, які займалися примусово протягом двох семестрів. У групах, які займалися примусово довший час, значного збільшення добровільних відвідувань занять не виявлено. Результати експерименту підтверджують гіпотезу про існування періоду активізації потреби до фізичної активності, який у студентів вузів, за нашими даними, триває протягом двох навчальних семестрів. Але наступні дослідження свідчать про нестійкий характер такої активності потреб. Тривалість цієї активності залежить від сумарної дії багатьох внутрішніх та зовнішніх факторів, які вивчатимуться у наступних дослідженнях.

Таким чином, дослідження показують, що мотиваційний та вольовий компоненти є важливими складовими успішності процесу фізичного виховання та спортивної діяльності. Між успішністю у фізичній підготовці та показниками вмотивованості до занять фізичним вихованням існує тісний взаємозв’язок. На практиці мотиваційний та вольовий компоненти реалізуються шляхом етапного формування позитивних звичок до занять, які, у свою чергу, підсилюють біологічні потреби у фізичній активності та соціальні потреби у самоактуалізації через спортивні досягнення, або самоствердження через фізичні вправи.

**Література та джерела:**

1. Адаптация молодежи к высшей школе/ Щуревич Г.А., Зинковский А.В., Пономарев Н.Н.. – Спб: ВИФК, 1994. – 226 с.
2. Деркач А.А., Исаев А.А. Педагогическое мастерство тренера/Предисл. Н.В. Кузьминой, А.Ц.Пуни, А.В.Тарасова.- М.: Физкультура и спорт, 1981. – с. 187-216.
3. Концептуальні засади подальшого розвитку фізичної культури і спорту в Україні /Проект державного комітету з фізичної культури і спорту в Україні.- К, 1997.–16 с.
4. Кулюткин Ю.Н. Психология обучения взрослых.- М.: Просвещение, 1985. 128 с.
5. Методика многостороннего исследования личности/ Березин Ф.Б., Мирошниченков М.П., Рожанец Р.Б.- М.: «Медицина», 1976. – 186 с.
6. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийскомспорте. – К.: Олимпийская литература, 1997.- с. 234-237.
7. О построении программы адаптативной физической культуры /Материалы 3-й междунар. научно-практической конфер. по физической культуре для инвалидов и людей с ограничеными функциональными возможностями / Н.Лутченко, В.Щеголев, В.Товт. - Спб.:ГИФК им. П.Ф.Лесгафта, 1996.- c.12-13.
8. Конечный Р.,Боухал М. Психология в медицине. – Прага: «Авиценум», 1983. - с. 96-121.
9. Хайнц Хекхаузен. Мотивация и деятельность: Т.1: Пер. с нем. /Под ред. Б. М. Величковского; Предисловие Л. И. Анцы-Федоровой, Б. М. Величковсого. – М.: Педагогика, 1986.- 408 с.

МОТИВАЦИОННЫЙ И ВОЛЕВОЙ КОМПОНЕНТЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Товт В.А., Михайлович С.О.

Исследованы показатели отношения студентов различных категорий к физическому воспитанию, установлена взаимосвязь между мотивацией к занятиям и успешностью в физическом воспитании, сделана попытка к установлению продолжительности периода активации потребностей в физическом воспитании у студентов в условиях вуза.

MOTIVATIONAL AND VOLITIONAL COMPONENTS OF STUDENT’S PHYSICAL TRAINING

Tovt V.A., Myhaylovych S.O.

We investigated the attitude of students of different categories to physical training. The connection between motivation to physical exercises and successfulness in physical training was found. We tried to determine the duration of activation period for physical training necessity of students in the condition of higher education.