

О. В. СОКОЛЮК, О. В. ДУДА

МОТИВАЦІЯ СТУДЕНТІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ В УМОВАХ ІНФОРМАЦІЙНОГО СУСПІЛЬСТВА

Розглядаються проблеми підвищення мотивації студентської молоді до рухової активності засобами інформаційних технологій. Проаналізовано фактори, які визначають потреби, інтереси й мотиви включення студентів у фізкультурну діяльність. Визначено, що розвиток інформаційного суспільства вимагає пошуку ефективних форм організації та проведення занять з фізичної культури.

Ключові слова: освіта, мотивація, студент, фізична культура, інформаційні технології, рухова активність.

А. В. СОКОЛЮК, О. В. ДУДА

МОТИВАЦИЯ СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В УСЛОВИЯХ ИНФОРМАЦИОННОГО ОБЩЕСТВА

Рассматриваются проблемы повышения мотивации студенческой молодежи к двигательной активности средствами информационных технологий. Проанализированы факторы, определяющие потребности, интересы и мотивы включения студентов в физкультурную деятельность. Определено, что развитие информационного общества требует поиска эффективных форм организации и проведения занятий по физической культуре.

Ключевые слова: образование, мотивация, студент, физическая культура, информационные технологии, двигательная активность.

O. V. SOKOLIUK., O. V. DUDA

MOTIVATION OF THE STUDENTS OF HIGHER EDUCATIONAL ESTABLISHMENTS TO PHYSICAL TRAINING ACTIVITY IN THE CONDITIONS OF INFORMATIONAL SOCIETY

The problems of the motivation increasing of the students' youth to the moving activity by means of the informational technologies have been investigated in the article. The factors that determine demands, interests and motives of involving students into physical training activity have been analyzed. The author determines that the development of the informational society requires the search of the effective forms of the organization and performing the physical training classes.

Keywords: education, motivation, student, physical training, informational technologies, moving activity.

Фізична культура у вищих навчальних закладах (ВНЗ) є невід'ємною складовою формування загальної та професійної культури особистості, збереження та зміцнення здоров'я, організації та забезпечення здорового способу життя, підвищення рівня працездатності, створення умов для продовження активного творчого довголіття людини, а також зростання і вдосконалення її розвитку та використання набутих якостей в суспільній, трудовій та інших видах діяльності.

Оптимізація освіти у вищій школі передбачає цілеспрямоване формування в молоді позитивного ставлення до фізкультурної діяльності. Підтримка працездатності і здорового стану є важливою умовою успішного навчання і подальшої професійної діяльності. Фізичне виховання – це двосторонній процес, в якому бере участь, з одного боку, вчитель, який прагне навчити, а з іншого – студент, котрий повинен виявити бажання вчитися. Досвід показує: якщо студент розуміє суть поставленого завдання і зацікавлений у його вирішенні, то це прискорює хід навчання [10, с. 112]. Кваліфікований спеціаліст повинен мати високий рівень не лише

професійної, інформаційної культури, а й фізичної, що забезпечить його повноцінну фахову діяльність в умовах сучасного суспільства.

Фізична культура є найбільш економічно вигідним та ефективним засобом профілактики захворюваності [9]. Потреба в руховій активності студентів виражається в їх мотиваційних відносинах до фізичної культури. «Ніщо так не виснажує і не руйнує організм людини, як довготривала фізична бездіяльність», – вважав Аристотель [Цит. за: 10, с. 68]. Фізична культура – це насамперед серйозна праця над собою, своєю фізичною та інтелектуальною суттю.

Тенденції розвитку сучасного суспільства, його виражена інформатизація зумовлюють необхідність більш широкого використання інформаційних технологій у сфері освіти. Ефективність навчання фізичної культури визначається не лише кількістю засвоєних знань, а й ставленням студентів до рухової діяльності. Тому вивчення мотивації є основною проблемою фізичної культури. В сучасному суспільстві поняттю мотивації з кожним роком приділяється все більше уваги.

Мотивація розглядається як одне із стрижневих утворень особистості. Мотивацію людини, взаємозалежність зовнішніх і внутрішніх умов розвитку особистості та її мотиваційну сферу досліджували Б. Ананьєв, В. Леонтьєв, С. Рубінштейн, О. Ковальова, В. Мерліна та інші науковці. Із зарубіжних вчених що проблему вивчали Ж. Аткінсон, К. Левін, А. Маслоу, Г. Ж. Нютген та ін. [6, с. 2].

Незважаючи на посилену увагу науковців до вказаної проблеми, залишається недослідженим питання формування мотивації студентів до занять фізичною культурою в умовах інформаційного суспільства.

Метою статті є теоретичне обґрунтування та визначення рівня мотивації студентів ВНЗ до занять фізичною культурою.

Студентський вік є особливим періодом в житті людини. Новизна навчальної діяльності і пов'язані з нею труднощі створюють своєрідний дидактичний бар'єр, який потрібно подолати. В зв'язку з цим у фізичному розвитку особистості студента важливе значення має формування позитивних мотивів та цілей, оскільки вони становлять важливий компонент діяльності. Розвиток мотивації студентів до рухової активності – невід'ємна складова виховання особистості студента, тому дослідження мотиваційної сфери особистості як фактора ефективності навчальної діяльності є одним з найбільш актуальних наукових завдань.

Формування особистості людини відбувається впродовж усього її життя. У вищій школі закладаються основні особисті якості фахівця: наполегливість, відповідальність, потреба у постійному збагаченні своїх знань. Однією з найважливіших умов результативності рухової активності студентів є їх ставлення до занять фізичною культурою [6, с. 5].

Заняття фізичною культурою спричиняють помітні зміни в особистості людини. Від формування та розвитку багатьох властивостей залежить успішність її подальшої діяльності. Фізичні вправи, як біологічний стимулятор доброякісних реакцій, здійснюють загальний неспецифічний вплив на організм. На жаль, студентська молодь не розуміє значущості фізичної культури в житті особистості: рухова активність сприяє фізичному вдосконаленню, спонукає до прояву творчості, підвищує емоційний фон. Дефіцит рухової активності призводить до зниження рівня не лише фізичної, а й розумової працездатності молодих людей. У результаті можуть виникнути проблеми в навчальній діяльності, що негативно впливає на психологічний стан. Тривале зниження рухової активності зумовлює виражені та стійкі порушення в організмі. Фізична культура сприяє збереженню здоров'я, підвищує стійкість організму до несприятливих факторів навколишнього середовища, збільшує його резервні сили, що дає змогу людині переносити більш значні фізичні та психічні навантаження.

Фізична культура впливає майже на всі складові життєдіяльності людини, зокрема, розвиває її моральні риси, посилює мотивацію саморозвитку, допомагає адекватно реагувати на стресові фактори в житті, зміцнює здоров'я. Фундатор сучасного олімпійського руху П'єр де Кубертен стверджував: «Спорт – це не розкіш. Його відсутність нічим не можна замінити... Я думаю, кожна людина повинна працювати над собою, як працює скульптор над кам'яною брилою» [Цит. за: 8, с. 4]. З цією думкою не можна не погодитися.

Здоров'я і сила, краса гармонійно розвиненого людського тіла, добра координація рухів і витривалість необхідні кожному. Фізично підготовлена людина, зазвичай, ніколи і ніде не розгубиться, їй під силу будь-яка праця. Фізична сила необхідна не тільки тим людям, які

зайняті фізичною працею, а й тим, хто займається розумовою діяльністю, – взагалі усім людям. У наші дні впливає на фізичну культуру все: засоби масової інформації, реклама, нові технології. Як і багато чого іншого в сучасному світі високих технологій, фізична культура стрімко змінює вигляд.

Студенти, як свідчить практика, не відчують стійкого інтересу до занять фізичною культурою. Причинами цього можуть бути неадекватність фізичних навантажень фізичним можливостям студентів, незадовільність методикою проведення занять програмного змісту, організацією навчального процесу та відсутністю теоретичних знань з фізичної культури [2].

Стрімкий розвиток науки й реформи освіти вимагають від сучасного студента все більшого аналізу та обробки інформації, зростає обсяг навчальних навантажень, що породжує малорухомість та обмеження м'язових зусиль. Інформаційне суспільство ставить перед вищою школою свої вимоги щодо підготовки фахівців і формування особистості, йому нині необхідні спеціалісти, які здатні вистояти в конкурентній боротьбі на ринку праці. Недостатня рухова активність зумовлена сучасним способом життя, механізацією й інформатизацією суспільства. Наздоганяючи стрімкий перебіг життя, студенти нехтують фізичним розвитком, надаючи перевагу віртуальному спілкуванню замість прогулянок на свіжому повітрі й відвідування спортивного залу. У структурі їх вільного часу все більше місця займають комп'ютерні ігри перегляд телепередач, інші форми пасивного дозвілля. Збільшення інтенсивності навчання знижує реальні можливості залучення молоді до фізичної культури та спорту через доступні спортивні секції, гуртки, туризм.

Програма фізичного виховання ВНЗ передбачає форми організації занять, які можуть певною мірою компенсувати дефіцит рухової активності студентів, що виникає в умовах насиченого освітнього процесу. Загалом вища школа ще не готова до сприйняття значущості фізичної культури як головного фактора здоров'я і виховання особистості, вдосконалення функціонального стану організму студента. Через певні причини сучасна практика фізичної культури не здатна забезпечити належний рівень фізичної, інтелектуальної та когнітивної підготовки студентів, яку вимагають сучасні технології і стиль життя суспільства [5, с. 402].

Таким чином, на сучасному етапі актуальною є необхідність визначення шляхів мотивації студентів до систематичних занять фізичною культурою з урахуванням рівня розвитку інформаційного суспільства. Це дозволить педагогічно впливати на бажання використовувати фізичну культуру з метою фізичного та психологічного оздоровлення особистості.

Мотивація розглядається як складова будь-якої професійної діяльності. Л. В. Міхеєва під мотивацією розуміє складний багаторівневий регулятор життєдіяльності людини – її поведінки, діяльності. Складність і багатоаспектність проблеми мотивації зумовлює різноманітність підходів до розуміння її сутності, природи, структури [6, с. 4]. На нашу думку, мотивація пояснює цілеспрямованість дії, організованість діяльності, спрямованої на досягнення конкретної мети. Л. Д. Столяренко зазначає: «Мотив – це збудження до діяльності, пов'язане з задоволенням потреби суб'єкта» [1, с. 12]. Під мотивом розуміють причину, яка лежить в основі вибору дій і вчинків, сукупності зовнішніх і внутрішніх умов, що зумовлюють активність суб'єкта. Мотиваційна людина більш ефективно реалізовує свою справу, здатна на максимальну віддачу власних духовних і фізичних сил, якщо цього вимагає досягнення поставленої мети [1, с. 12–13].

Мотивування є сукупністю факторів та аргументів, які переконують студента у значимості фізичних вправ [4]. Крім того, кожен студент має свої індивідуальні мотиви, що спонукають його займатися фізичною культурою. У процесі стимулювання студентів до занять важливу роль відіграє самостійність як свідоме мотивування дій, їх обґрунтованість. Розвитку самостійності студента сприяють поступове збільшення обсягу самостійних завдань та їх урізноманітнення, поєднання творчої роботи з руховою активністю.

Головним завданням процесу мотивації є активізація фізкультурного інтересу, оскільки без цього психологічного механізму не можуть розвиватися мотиваційна та емоційна сфери людини у фізкультурній діяльності [6, с. 3]. Для підтримки рівня рухової активності недостатньо відвідувати заняття фізичної культури, а потрібно самостійно виконувати ранкову гігієнічну гімнастику, брати участь у спортивних змаганнях, які проводяться у ВНЗ, більше часу приділяти спортивному вдосконаленню. Мотивація до занять фізичною культурою нині в

студентів на низькому рівні, вони не сприймають заняття нею як засіб особистісного розвитку підготовки до майбутньої професійної діяльності. Досвід роботи у ВНЗ показує, що третина майбутніх фахівців не проявляє ініціативи відвідувати заняття фізичною культурою, вважаючи, що це їм не потрібно. Низька мотивація діяльності студентів пов'язана з певними факторами, що по-різному проявляється відповідно до умов проживання молоді, навколишнього середовища, сімейного виховання.

Факторами, які визначають потреби, інтереси й мотиви включення студентів у фізкультурну діяльність, є стан матеріальної спортивної бази, спрямованість навчального процесу і зміст занять, рівень вимог навчальної програми, особистість викладача, власний стан здоров'я, частота проведення занять, їхня тривалість та емоційне забарвлення [7, с. 2].

Належне місце у фізичному вихованні студентської молоді потрібно надати викладачеві. Головна роль належить саме йому, адже які б не були досконалими програми і методичні розробки, вони самі собою не здійснюють педагогічного процесу. Незалежно від їх якості один педагог може забезпечити стійку мотивацію до занять, а інший зруйнує і ту, що була [10, с. 113]. Багатство професійної культури викладача та його педагогічної майстерності має забезпечувати такі способи і прийоми педагогічного впливу, які збагачують емоційний фон студентів, розвивають їх уяву, підвищують інтерес, формують у них особистісне ставлення до практики фізичного виховання [7, с. 47].

Однією з центральних проблем фізичного виховання і резервом підвищення його ефективності індивідуалізація. Внаслідок різної підготовленості і зацікавленості, різних здібностей, інтелектуальних і фізичних можливостей студентів темпи засвоєння ними навчального матеріалу не можуть бути однаковими. Невипадково основне завдання учительської діяльності Сократ зводив до того, щоб викликати до життя кращі душевні сили вихованця на основі уважного вивчення його нахилів і здібностей [10, с. 124].

В основі навчального мотиву лежить усвідомлення студентами значення матеріалу, що вивчається, для засвоєння предмета, власного фізичного розвитку і здоров'я, подальшого життя. Викладачу фізичної культури потрібно творчо підходити до викладання свого предмета, керуватись індивідуальними особливостями кожного студента, орієнтуватись на рівень розвитку, враховувати його інтереси. Надзвичайно важливим завданням мотивування є формування в студентів позитивного емоційного ставлення до навчання. Ні в чому так сильно не проявляється майстерність викладача, як в його здібності виховати у своїх студентів глибокий інтерес до засвоєння навчального матеріалу [10, с. 113]. Зрозуміло, що викликати стійкий інтерес до занять фізичною культурою непросто, цього можна досягти лише планомірною свідомою працею протягом усього часу навчання. Мотивація стає ефективнішою, якщо здійснюється в поєднанні із стимулюванням.

Сучасне суспільство розширює можливості самореалізації особистості, забезпечує освітню діяльність у ВНЗ за новітніми технологіями, які здійснюють передання знань і доступ до різноманітної навчальної інформації. У виборі методів викладання викладачеві необхідно враховувати фоніві знання студентів, оточення та цілі навчання. І хоча у студентів різні шляхи сприймання інформації, їх об'єднують інформаційні технології як засіб навчання, спілкування, пізнання та саморозвитку. Сучасне покоління повністю підпорядковується комп'ютерним засобам, тож їх потрібно використовувати як методи мотивації рухової діяльності.

Застосування інформаційних технологій у сфері освіти сприяє: пошуку ефективних форм організації занять; розробці нових засобів, методів, технологій навчання; удосконаленню змісту освіти (в тому числі фізкультурної) відповідно до завдань розвитку особистості в умовах сучасного суспільства [3, с. 4].

У вирішенні завдань стимулювання активності студентів до фізкультурної діяльності існує чимало проблем методологічного та практичного характеру. Інформаційні технології містять елементи мотивації, які сприяють вирішенню цієї проблеми, дозволяють отримати необхідні знання, полегшуючи навчальну діяльність та створити умови позитивного ставлення до занять фізичною культурою. На заняттях основний матеріал подається викладачем, а технічні засоби є допоміжними, що виконують мотивуючу функцію і полегшують працю викладача, який зобов'язаний володіти належним рівнем інформаційної компетенції, використовувати сучасні технології для підвищення власної педагогічної майстерності.

Відомо, що студенти не зовсім люблять записувати, слухати лекції, а іноді й думати, але кожному цікаво переглядати фільми. Тому на заняттях фізичної культури доцільно застосовувати відеофільми (присвячені цікавим фрагментам спортивного життя), розраховані на 5–10 хвилин демонстрації, які легко пристосовуються до структури заняття і позитивно впливають на кінцевий результат [7, с. 16]. Зручними для демонстрації окремих елементів техніки спортивної підготовки є також відео фрагменти. При проведенні підготовчої частини фізичної культури доцільно застосовувати музичний супровід, що робить заняття більш емоційним і привабливим.

Інформаційні ресурси дозволяють розробляти мультимедійні ігри, проводити в позааудиторний час он-лайн обговорення та дискусійні форуми. У цьому разі у студентів виникає конкурентний настрій, що підвищує їх мотиваційну сферу. Отже, різкий стрибок у розвитку комп'ютерної техніки і програмного забезпечення сприяє удосконаленню навчального процесу, узгодженішого проведення занять при вмілому використанню їх викладачем.

Незважаючи на те, що засоби інформаційних технологій спонукають студентську молодь до малорухливого способу життя, вони ще є засобами мотивації, які ґрунтуються на обміні думками між студентами, викладачами, спонукають самостійно мислити, розвивають вміння практичного аналізу, поваги до думки інших. В інформаційному суспільстві, коли інформація стає вищою цінністю, а інформаційна культура людини – визначальним фактором її професійної діяльності, змінюються і вимоги до системи освіти й розвитку особистості.

Фізична культура покликана формувати у студентів бережливе ставлення до свого здоров'я. Важливо, щоб не лише викладач і студент, а й вища школа загалом були зацікавлені у підвищенні фізичного розвитку як основного компонента здоров'я молодого покоління. Виявлені вікові особливості ставлення студентів до процесу фізичного виховання у ВНЗ свідчать про необхідність доопрацювання програм з фізичної культури адекватно віково-статевим потребам, мотивам й інтересам майбутніх фахівців, що буде сприяти підвищенню їх мотивації до занять фізичними вправами. Якщо дивитись на світ очима студентської молоді і йти в один крок з розвитком суспільства, то швидше досягнемо бажаного результату.

У перспективі дослідження плануємо розробити методичні рекомендації для студентів ВНЗ стосовно підтримки рівня їх рухової активності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бех І. Моральність особистості у психологічному ракурсі / І. Бех // Філософська і соціологічна думка. – 1994. – № 3–4. – С. 12–20.
2. Вивчення мотивації студентів до фізичного самовдосконалення [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://textreferat.com.ua/>.
3. Генсерук Г. Р. Підготовка майбутніх вчителів фізичної культури до застосування інформаційних технологій у професійній діяльності: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Г. Р. Генсерук. – Тернопіль, 2005. – 20 с.
4. Мотивація студентів [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://knowledge.allbest.ru/>.
5. Мосейчук Ю. Ю. Формування мотиваційних потреб студентської молоді до фізкультурної діяльності / Ю. Ю. Мосейчук // Науково-педагогічні проблеми фізичної культури: фізична культура і спорт / за ред. Г. М. Арзютова. – К.: Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2011. – С. 400–403.
6. Міхеєва Л. В. Формування мотивації вивчення педагогічних дисциплін майбутніми вчителями праці і професійного навчання: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Л. В. Міхеєва. – Вінниця, 2005. – 19 с.
7. Плачинда Т. С. Педагогічні умови стимулювання активності студентської вищих педагогічних навчальних закладів до фізкультурної діяльності: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Т. С. Плачинда. – К., 2008. – 19 с.
8. Спорт: Дитяча енциклопедія / авт.-упоряд М. О. Володарська, Є. С. Канаєвський. – Харків, 2004. – 317 с.
9. Фізична культура і спорт [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.vyshnya.lviv.ua/materials/11>
10. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Ч. I. / Б. М. Шиян – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2008. – 272 с.