

## **ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ТЕХНІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

В.П. Ткаченко, старший викладач

М. О. Ушаков, студент

Київський національний університет технологій та дизайну

*Ключові слова:* мотивація, рухова активність, майбутні фахівці технічних спеціальностей.

В умовах якісного перетворення всіх сторін життя суспільства зростають вимоги до фізичної підготовленості молоді, необхідної для успішної трудової діяльності. Перебудова системи освіти поставила перед вищою школою завдання корінного і всебічного поліпшення професійної підготовки і фізичного виховання майбутніх фахівців. Зміна цільової спрямованості фізичного виховання, суть якого зводиться до формування фізичної культури особистості, вимагає підвищення якості навчання, розробки нових педагогічних і організаційних засад, що забезпечують особистісно-орієнтоване навчання і виховання та підвищення мотивації до рухової активності майбутніх фахівців технічних спеціальностей [1].

Метою дослідження є провести аналіз основ формування мотивації до рухової активності майбутніх фахівців технічних спеціальностей у процесі фізичного виховання.

Результати дослідження. У законі України «Про освіту», Концепції загальноосвітньої школи основна увага приділяється фізичному вихованню дітей, починаючи з молодшого шкільного віку і продовжується у ЗВО.

В той же час встановлено, що високий рівень вимог, конкуренція, що панує у виробничій і соціальній сферах, показує, що психофізіологічна готовність більшої половини випускників ЗВО України не відповідає запитам практики. При цьому у переважній більшості студентів немає ніякого інтересу до занять фізичним вихованням [3].

У Національній доктрині розвитку фізичної культури і спорту зазначено, що метою фізичної культури і спорту є: «створення умов для забезпечення оптимальної рухової активності кожної людини впродовж усього життя, досягнення нею достатнього рівня фізичної та функціональної підготовленості, сприяння соціальному, біологічному та психічному благополуччю, поліпшення стану здоров'я, профілактика захворювань і фізичної реабілітації» [5].

Мотивація дослідження як перший обов'язковий компонент навчальної діяльності, що входить в її структуру, може бути внутрішньою або зовнішньою, але завжди є внутрішньою характеристикою особистості як суб'єкта навчальної діяльності [4].

Одним із провідних компонентів навчальної мотивації є інтерес. У професійному спілкуванні «інтерес» навіть часто використовують як синонім навчальної мотивації.

Важливою передумовою виникнення інтересу є новизна навчального матеріалу. Одним із завдань теорії фізичного виховання є формувати в інтересах практики загальні закономірності доцільно спрямованого використання і дальшого розвитку фізичної культури в суспільстві. Практика фізичного виховання могла б існувати і без теорії. Але поява теорії сприяла бурхливому росту фізичних та духовних можливостей людини, підвищенню її соціальної активності. Про це свідчить хоча б динаміка результатів спортивних змагань за програмою Олімпійських ігор та особисті успіхи багатьох колишніх спортсменів у політичній, соціальній та економічній діяльності [2].

Уміння варіювати відповідними засобами і методами, які дозволяють прищепити студенту стійку потребу до занять фізичною культурою і спортом, передбачає застосування викладачем відповідних методик розвитку мотивації студентів в процесі фізичного виховання протягом усього періоду навчання у Вузi, що дасть можливість виконати одне з головних завдань державного значення.

Разом з позитивними мотивами на фізкультурну активність впливають так звані "негативні". Під ними слід розуміти фактори, що приносять деякі незручності, а також заважають реалізації певних дій.

Це такі як зайнятість, особливості характеру, відсутність підтримки й місця занять поблизу дому, погане самопочуття та інше. Що стосується студентства, то це найбільш вразлива соціальна група, адже вона має вирішити багато проблем, пов'язаних з високою навантаженою навчальними заняттями, проблемами в соціальному та міжособистісному спілкуванні.

Систематичні заняття фізичною культурою і спортом дозволяють вирішити вищезазначені проблеми, крім того вони є також ефективним засобом вдосконалення ціннісних орієнтацій молоді її морального обліку й здорового способу життя.

Низький рівень мотивації до занять фізичною культурою і спортом, не сформованість потреби до занять безумовно викликані слабкою організацією фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи у ЗВО. У зв'язку з цим важливого значення набуває пошук нових організаційних форм, засобів та методів, що дозволяють більш ефективно реалізувати відповідний напрямок у ЗВО.

Більшість студентів відзначають що заняття фізичною культурою їх не задовольняють, пояснюючи невдалою організацією, одноманітністю, захопленням іншими дисциплінами. На питання «Що ви думаєте про фізичну культуру і спорт» третя частина респондентів відповідає: "Нічого", ще третина усвідомлює, що це – рух та активність. Інші варіанти відповіді: "Це позитивні емоції, розрядка, здоров'я й бадьорість, формування вольових якостей та інше. Більшість студентів не сприймають фізичне виховання як навчальну дисципліну, котра має свій науково – практичний зміст. Вони не набувають досвіду її творчого використання. Для багатьох фізична культура асоціюється з діяльністю чисто механічного характеру.

Для заохочення студентів до занять варто звернути увагу на їх перевагу у виборі форм занять та їх змісту. Опитування й анкетування, проведені Карасем показали, що побудова навчального процесу в рамках нормативного підходу, де важливі зовнішні показники, а не самі учасники занять, викликає небажання займатися й нерозуміння суті занять.

Так, студенти відзначили, що у ЗВО хотіли б оволодіти навичками виконання відповідних фізичних вправ, корисних на їх погляд, для корекції фігури, ваги, зміцнення м'язів спини, живота тощо. Переважна більшість студенток бажала б зміцнити своє здоров'я, навчитися техніці масажу, освоїти комплекси вправ для подальшого самостійного виконання нормативів. Дівчата віддають перевагу заняттям шейпінгом, фітнесом, стрейчінгом, атлетичною гімнастикою. Юнаки обирають східні єдиноборства, спортивні ігри (футбол, волейбол, баскетбол тощо), плавання.

Серед причин, що заважають займатися фізичною культурою та спортом, основних три:

- не вистачає часу;
- втомленість після занять;
- відсутність навичок і звичок;

Висновки. На мотивацію занять фізичною культурою та спортом впливає відсутність спеціальних знань про способи руху, фізичні навантаження, особливості впливу певних видів навантаження на організм людини.

#### Список використаних джерел

1. Захаріна Є.А. Формування мотивації до рухової активності у процесі фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук фіз.культ та спорту: 24.00.02 "Фізична культура, фізичне виховання". Київ, 2008. 22 с.
2. Коваль В.О. Особливості валеологічної підготовки майбутніх соціальних педагогів у вищих навчальних закладах: Автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.05, Луганський національний педагогічний ун-т ім. Тараса Шевченка. Луганськ, 2007, 20 с.
3. Міненко А.О. Формування валеологічних знань у майбутніх учителів фізичної культури: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.04, Інститут вищої освіти АПН України. К., 2007, 20с.
4. Мухін В.М., Міхеєнко О.І. Валеологічні аспекти впливу рухової активності на організм людини. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наук. праць. за ред. С.С.Єрмакова. Харків: ХХІІІ, 2001. №13. С. 6-11.
5. Сущенко Л.П. Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту (теоретико-методологічний аспект): Монографія. Запоріжжя: ЗДУ, 2003. 442 с.