

УДК 796.011+378.1

Тарас Надкерничний

## Формування стійкого інтересу студентів до мети й завдань занять із фізичного виховання

Тернопільський державний медичний університет імені І. Я. Горбачевського (м. Тернопіль)

**Постановка наукової проблеми та її значення.** Ураховуючи зниження рівня життя, погіршення екологічних умов, скорочення медичних і соціальних державних програм, на перший план висувуються проблеми фізичного здоров'я сучасної молоді. Проте, як показують наукові дослідження [3], у студентів вищих навчальних закладів спостерігається низька фізична підготовленість, не більше 7,3 % мають сприятливий морфологічний статус, тільки 1–2 % не мають хронічних соматичних захворювань, у близько 80–90 % простежено відхилення в стані здоров'я. Більше того, значна частина юнаків за станом здоров'я не придатна до військової служби. Для виправлення цієї ситуації потрібно покращити ефективність процесу фізичного виховання молодого покоління.

Тут слід зауважити, що всі явища та події в природі й житті підпорядковані певним закономірностям і розвиваються відповідно до них. Таким вимогам підвладний сам процес фізичного виховання. Пізнання цих закономірностей, їх вивчення дали змогу виробити певні позиції, згідно з якими можна підвищити результативність навчального предмета «Фізична культура» й покращити картину здоров'я майбутнього суспільства загалом та сучасної молоді, зокрема. Одна з таких вимог зазначає, що процес фізичного виховання повинен здійснюватися з активною участю в ньому студентів, з усвідомленням ними цінності занять фізичними вправами для їхнього всебічного розвитку.

Будь-яке навчальне заняття ефективне лише тоді, коли студенти проявляють психічну та фізичну активність. Саме реалізація принципу свідомості забезпечить розуміння молоддю значення виконання фізичних вправ, важливість розв'язання поставлених завдань на занятті з фізичного виховання й активну поведінку студентів на них. Викладач повинен керуватися цим принципом під час проведення занять, у протилежному випадку вони не принесуть жодної користі, усі зусилля будуть марними. Але, як засвідчили результати анкетного опитування та педагогічного спостереження, на сьогодні педагоги практично не докладають жодних зусиль для забезпечення свідомого й активного ставлення студентів до матеріалу, що вивчається. Причини цього різноманітні, але найвагомішою з них ми вважаємо незнання викладачем способів реалізації цього принципу та нерозуміння його ролі у фізичному вихованні університетів.

**Аналіз досліджень цієї проблеми.** Зауважимо, що проблемою свідомої й активної поведінки в навчально-виховному процесі займалися Ю. Лимарева, М. Хасанов, Б. Шиян [4; 9; 10] та інші. У працях цих авторів здійснено лише загальний огляд обумовленого принципу й способу його реалізації, а отже, можна констатувати, що на сучасному етапі не існує науково обґрунтованої програми забезпечення свідомого й активного ставлення молодого покоління до фізкультурно-спортивної діяльності, здатної враховувати затрати часу та зусиль педагога і юнацтва та одночасно забезпечити досягнення вагомих результатів. Викладене актуалізує тему нашого дослідження.

**Завдання** дослідження – визначити й вивчити ефективні способи реалізації принципу свідомості та активності.

**Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження.** На сьогодні ключова проблема побудови технології фізичного виховання у ВНЗ полягає в тому, щоб сформувати зацікавлене ставлення студента до предмета, спонукати інтерес до можливості будівництва здорового тіла, формування власного здоров'я в найширшому сенсі цього поняття. Лише за умови усвідомлення студентом реальної можливості такої дії на власний організм стає можливим ефективно розв'язання приватних рухових завдань, складників змісту будь-якого навчального заняття.

Мотиви – необхідний компонент діяльності кожної людини, а тому вони відіграють важливу роль, оскільки від їх змісту залежать характер та ефективність як навчального процесу, так і життєдіяльності. У процесі фізичного виховання основними є ті групи мотивів, які спонукають молоде покоління до занять фізичною культурою й спортом, дають змогу формувати прагнення до здорового способу життя.

А. М. Старєва [7] запевняє, що висока позитивна мотивація може компенсувати недолік знань, умінь та навичок. Беззаперечно, якщо людина мотивована, то вона проявляє активність, спрямовує свої зусилля у визначене русло й це полегшує досягнення поставленої мети. Проте цей процес буде ефективнішим за умов поєднання обох зазначених компонентів.

Незважаючи на всі позитивні відгуки, сучасні дослідження свідчать, що вищий навчальний заклад в особі викладача фізичної культури перестав бути фактором, який впливає на виховання мотивації до занять фізичними вправами, унаслідок чого спостерігається зниження її розвитку в студентів.

С. С. Занюк [2] вважає, що загальний рівень мотивації залежить від: 1) кількості мотивів, які актуалізуються; 2) спонукальної сили кожного з цих мотивів; 3) актуалізації ситуативних факторів. Педагогу для мотивації своїх підопічних потрібно посилювати кожен із названих компонентів.

На думку О. П. Петрова [6], формування мотиву до процесу фізичного виховання відбувається через наслідування, збагачення рівня знань щодо функціонування людського організму й значення виконання фізичних вправ у процесі його вдосконалення, інтерес студента до свого фізичного аспекту, потреби в спілкуванні й позитивні емоції, переконання, прагнення до самовдосконалення, урахування бажань і нахилів університетів, використання стимулів. Учений вважає, що для розвитку потреб до фізультурно-спортивної діяльності потрібно застосовувати арсенал педагогічних заходів впливу на основі сучасних знань і комплексності її формування.

В. Биченко та С. Лавренюк [1] розглядають оптимізацію фізичного навантаження як один із головних чинників розвитку мотивації й позитивного ставлення студентів до фізичної культури. Це можна пояснити тим, що надмірні навантаження викликатимуть перевтому та відштовхуватимуть університетів від виконання фізичних вправ. Мінімальні ж навантаження не матимуть корисного ефекту. Саме оптимальне дозування виконуваних студентами завдань сприятиме досягненню необхідного, не надмірного рівня втоми та отриманню очікуваного результату, що укріплюватиме наявну мотивацію.

Цікавий спосіб розвитку мотивації до навчальної діяльності пропонує Н. Ф. Тализіна [8]. Вона вважає, що спочатку потрібно довести до свідомості студента мотиви, які суспільно незначущі, але мають високий рівень дієвості, наприклад бажання отримати залік. І вже відштовхуючись від «збудованого фундаменту», формувати мотивацію, пов'язану з бажанням мати високий рівень знань, умінь та навичок. Ураховуючи те, що в навчально-виховному процесі важливу роль відіграє поступовість, то цей спосіб, за умов правильного використання, може бути надзвичайно ефективним. Проте потрібно пам'ятати й інше правило педагогіки: «Перевчити завжди складніше, ніж навчити». Тому формування мотивації цим способом вимагає від викладача оптимального дозування напрямів впливу на університетів.

Мотивація студентів багатогранна та зумовлюється багатьма факторами: віковими, статевими, індивідуальними, вродженими й набутими навиками поведінки. Проте О. О. Музика [5] стверджує, що провідними є ті мотиви, які спрямовані на реалізацію притаманних кожному індивіду потреб у спілкуванні, визнанні, самоствердженні в діяльності. Зважаючи на це, викладач повинен зрозуміти мотиви діяльності університетів і враховувати відмінності їхніх особливостей.

Розвиненість мотиваційної сфери студента можна визначити за такими критеріями, як: 1) широта (різноманітність мотивів, чим їх більше, тим сильніше розвинута мотиваційна сфера особистості); 2) гнучкість (передбачає рухливість зв'язків, що існують між різними рівнями мотиваційної сфери: між мотивами й потребами, мотивами та цілями, потребами й цілями); 3) ієрархічність (характеристика будови кожного з рівнів організації мотиваційної сфери, узятого окремо). Головними ж засобами мотивації навчальної роботи університетів, що використовуються педагогами на заняттях із фізичного виховання, є мотивування та стимули.

Мотивування являє собою сукупність фактів, аргументів і доказів, які переконують у значимості для молодого покоління фізичних вправ, що вивчаються. Якщо університети внутрішньо приймають мотивуючі докази педагога, то навчальний матеріал набуває для них особистісного значення. У цьому випадку навчальна мета збігається з навчальним мотивом студента і його репродуктивні навчальні дії трансформуються в усвідомлену навчальну діяльність. При цьому потрібно враховувати, що людська поведінка рідко зумовлена єдиним мотивом. Найчастіше їх буває декілька.

Б. М. Шиян [10] до мотивувань пред'являє низку загальних вимог. Вони повинні бути наочними; лаконічними й доказовими; орієнтуватися на рівень розвитку студентів; урахувати їхні інтереси, статеві особливості; нести в собі особистісний і громадсько корисний сенс. Педагогу під час моти-

вування студентів потрібно зрозуміло викладати матеріал, уміло організувати самостійну роботу для оволодіння знаннями, уміннями й навичками, показувати практичну значимість навчального матеріалу, добирати цікаві вправи з різних стилів програми, формувати життєво важливі якості (сміливість, дружбу, повагу), уміло поєднувати різні методи й прийоми навчання, створювати проблемні ситуації, використовувати елементи зацікавленості, удаватися до гумору, викликати емоції тощо.

Отже, мотивування адресується переважно свідомості універсантів. Проте не менш важливим завданням мотивування є формування в студентів позитивного емоційного ставлення до навчання. Ні в чому так сильно не проявляється майстерність педагога, як у його здібності виховати в усіх своїх учнів стійкий глибокий інтерес до засвоєння навчального матеріалу. Інтерес є одним із найсильніших мотивів. Оскільки він вираз загальної спрямованості особи студента, то охоплює й скеровує такі важливі для навчання психічні процеси, як пам'ять, сприйняття, мислення та воля. Чим менший інтерес до навчання в універсантів, тим більше примусу. Останній викликає внутрішній спротив у студентів, вимагаючи від них підвищених вольових зусиль. У цьому випадку процес навчання стає безрадіним і стомлюючим, а результати – малоефективними. Зрозуміло, що викликати стійкий інтерес до занять фізичною культурою непросто. Цього можна досягти лише планомірною свідомою працею педагога протягом усього часу навчання, використовуючи відповідні прийоми [10].

Мотивація стає ефективнішою, якщо здійснюється в поєднанні зі стимулюванням.

Стимулювання як спеціальна діяльність викладача спрямована на підвищення навчальної активності студентів за допомогою зовнішніх збудників-стимулів. Стимул (від латин. збуджую, заохочую) передбачає особистісно значимі заохочення універсантів за формулою: «Якщо досягнеш результатів, будеш винагороджений» (високою оцінкою, подякою, похвальною грамотою тощо). У такому випадку студенти використовують свої досягнення лише як засіб задоволення якихось інших потреб, тому стимулювання ефективно, якщо сприяє пробудженню інтересу до навчальної діяльності.

На основі аналізу педагогічної літератури ми визначили, що основними стимулами студентів до навчальної діяльності виступають успіх, заохочення й покарання, оцінка, гласність досягнень; важливими чинниками фундаментальної технології стимулювання є його поступовість, періодичність та оптимальна насиченість стимулами різних рівнів і видів певних стимулюючих ситуацій; стимулюванню активності студентів до фізкультурної діяльності сприяє забезпечення тісного взаємозв'язку фізичного виховання з професійною орієнтацією особистості майбутнього фахівця.

Первинні мотиви, що спонукають студентів до занять (особливо позаурочних), часто не мають соціальної значимості. Вони викликані особистими, побутовими причинами (займається товариш, відвідує секцію брат, порадив батько та ін.). Уважно вивчивши первинні мотиви, поступово трансформуючи їх у соціально значимі, пробуджуючи активність підростаючого покоління, спрямовану на досягнення навчальної мети, викладач виховує прагнення студентів до самовдосконалення.

**Висновки.** постійне підтримання навчальної мотивації студентів дасть їм змогу свідомо засвоювати знання, формувати вміння та навички; розвиватиме позитивне ставлення молодого покоління до процесу фізичного виховання й сприятиме залученню до систематичних занять фізичними вправами.

**Перспективи подальших досліджень.** Наступним етапом нашого дослідження буде розробка експериментальної програми реалізації принципу свідомості та активності в процесі фізичного виховання універсантів.

#### *Список використаної літератури*

1. Биченко В. Оптимізація фізичного виховання – головний фактор мотивації студентів до занять фізичною культурою / В. Биченко, С. Лавренюк // Вісник Черкаського університету : [зб. наук. ст.]. Серія : Педагогічні науки / М-во освіти і науки України, Черкаський нац. ун-т ім. Б. Хмельницького. – Черкаси : Вид-во ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2011. – № 209. – С. 20–24
2. Занюк С. С. Психологія мотивації : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. / С. С. Занюк ; гол. ред. С. В. Головки. – К. : Либідь, 2002. – 304 с.
3. Канішевський С. М. Науково-методичні та організаційні основи фізичного самовдосконалення студентства. – Вид. друге, стереотип. / С. М. Канішевський. – К. : ІЗМН, 2012. – 270 с.
4. Лимарева Ю. М. Реалізація принципу свідомості у навчанні студентів вищих навчальних закладів України (друга половина XIX століття) : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : 13.00.01 «Загальна педагогіка та історія педагогіки» / Ю. М. Лимарева ; Мелітопольський держ. пед. ун-т ім. Б. Хмельницького. – Мелітополь, 2012. – 20 с.
5. Музыка О. О. Мотивація творчої обдарованості / О. О. Музыка // Обдарована дитина. – 2003. – № 3. – С. 2–9.

6. Петров О. П. Формирование у студентов мотивов к занятиям физкультурно-спортивной деятельностью : автореф. дис.... канд. пед. наук : 13.00.01 / Петров Олег Павлович ; Алма-ат. ин-т. физ. культ. – Алма-Ата, 1989. – 25 с.
7. Старева А. М. Интерактивна технологія навчання студентів в вищій школі / А. М. Старева // Наукові праці. Педагогічні науки. – 2005. – Т. 42. – № 29. – С. 29–32.
8. Тальзина Н. Ф. Педагогическая психология : учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений / Н. Ф. Тальзина. – М. : Изд. центр «Академия», 1998. – 288 с.
9. Хасанов М. Х. Формування свідомого ставлення до виконання фізичних вправ в процесі навчальних занять з дисципліни «Фізичне виховання» у студентів вищих навчальних закладів системи МВС / М. Х. Хасанов, М. І. Матвієнко // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. – 2009. – № 4. – С. 123–127.
10. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. вих. і спорту : у 2 ч. Ч. 1 / Б. М. Шиян. – Тернопіль : Навч. книга – Богдан, 2001. – С. 111–121.

#### Анотації

У статті порушено проблему недостатнього рівня свідомого та активного ставлення студентів до процесу фізичного виховання. Автор на основі аналізу та узагальнення наукових праць попередників здійснив спробу обґрунтувати сенс, значення й засоби формування стійкого інтересу молодого покоління до цілей фізкультурно-спортивної галузі як одного зі способів реалізації зазначеного принципу. Мотиви є необхідним компонентом діяльності кожної людини, а тому, відіграють важливу роль, оскільки від їхнього змісту залежать характер та ефективність як навчального процесу, так і життєдіяльності. У процесі фізичного виховання основними є ті групи мотивів, які спонукають молоде покоління до занять фізичною культурою й спортом, допомагають формувати прагнення до здорового способу життя.

**Ключові слова:** принцип свідомості та активності, мотив, мотивування.

**Тарас Надкєрничний. Формирование устойчивого интереса студентов к цели и задачам занятий по физическому воспитанию.** В статье поднимается проблема недостаточного уровня сознательного и активного отношения студентов к процессу физического воспитания. Автор на основе анализа и обобщения научных трудов предшественников осуществляет попытку обосновать смысл, значение и способы формирования устойчивого интереса молодого поколения к целям физкультурно-спортивной области как одного из путей реализации этого принципа. Мотивы являются необходимым компонентом деятельности каждого человека, а поэтому они играют важную роль, поскольку от их содержания зависит характер и эффективность как учебного процесса, так и жизнедеятельности. В процессе физического воспитания основными являются те группы мотивов, которые побуждают молодое поколение к занятиям физической культурой и спортом, помогают формировать стремление к здоровому образу жизни.

**Ключевые слова:** принцип сознательности и активности, мотив, мотивация.

**Taras Nadkernychnyi. Formation of Stable Interest of Students to Aim and Tasks of Physical Education Classes.** The article studies the problem of deficient level of conscious and active attitude of students to physical education process. The author on the basis of analysis and generalization of scientific works of forerunners, puts into practice an attempt to ground the sense, meaning and ways of formation of stable interest of young generation to aims of physical culture field as one of the ways of realization of this principle. Motives are an important component of activity of every person that is ways they play an important role, character and effectiveness of educational process and life activity depends on their content. In the process of physical education main motive groups are those that rouse young people to practicing physical education and sports, help in formation of striving for healthy lifestyle.

**Key words:** principle of consciousness and activity, motive, motivation.