

УДК 37.037.1:316.628.5

**К ВОПРОСУ О ПОВЫШЕНИИ УРОВНЯ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ  
ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ***А. Н. Туренков, Л. Н. Скотникова*

*В работе проводится анализ мотивационной сферы к занятиям физической культурой и спортом студенческой молодежи некоторых регионов России. Рассмотрены пути повышения положительной мотивации к этим занятиям за период с 1990 года до настоящего времени. Представлены методики изучения мотивации студентов в сфере физической культуры и спорта.*

*In work the analysis of motivation to employment by physical training and sports of student's youth of some regions of Russia is carried out. Ways of increase of positive motivation to these employment from 1990 till now are considered. Techniques of studying of motivation of students in physical training and sports sphere are presented.*

**Ключевые слова:** физическая культура студента, мотивация в сфере физической культуры, физкультурно-оздоровительная деятельность, методики изучения мотивации физкультурно-оздоровительной деятельности студентов, пути повышения мотивационной сферы студентов.

Улучшение здоровья населения является проблемой государственной важности. Здоровье студентов неотделимо от здоровья нации, тем более, что формировать мотивацию и потребность в здоровом образе жизни наиболее важно именно у будущих высокообразованных специалистов. Формирование мотивации является одним из основных условий обеспечения высокой результативности любого образовательного процесса. Однако и в 90-е годы прошлого века и сейчас наблюдается недостаточная активность в вопросах физкультурно-оздоровительной деятельности у студентов, которая обусловлена отношением к массовой физической культуре в обществе, серьезными пробелами в семейном и школьном воспитании, слабостью или отсутствием мотивации и ее недооценкой на всех этапах физического совершенствования человека [8].

Исследование мотивации в сфере физической культуры является предметом общей и спортивной психологии. Под мотивами в психологии понимается все то, что выступает в качестве внутренних побудителей человека к деятельности. Мотивами могут быть различные интересы, стремления, влечения, установки, идеалы и т. п. Мотивы объясняют, почему человек хочет именно это сделать или именно этого достичь. Мотивы могут не осознаваться человеком или быть осознанными частично. Реально человека побуждает к деятельности не один, а несколько взаимосвязанных мотивов, совокупность которых называется мотивацией. В мотивации какой-либо деятельности мотивы обычно выстраиваются в ряд. Это структура мотивации. В структуре мотивации всегда имеются доминирующие мотивы, а также мотивы второстепенные (они могут называться нейтральными, ведущими, негативными, сугубо негативными). Мотивы всякой деятельности не даны изначально, они возникают, формируются, развиваются, перестраиваются под влиянием общего развития личности – возрастного, умственного, нравственного, в связи с накоплением опыта, в связи с изменением социально-экономических условий.

В понятии «физическая культура» можно выделить три главных составляющих – спортивную деятельность, физическую рекреацию и физическое

воспитание. Спортивная деятельность выражается прежде всего в соревнованиях, сопровождающихся часто предельными физическими и психическими нагрузками.

Физическое воспитание это социально-педагогический процесс, направленный на укрепление здоровья, гармоничное развитие форм и функций организма, подготовку к профессиональной деятельности.

Физическая рекреация подразумевает восстановление, выздоровление, отдых. В нее входят массовая физическая культура, активный отдых, прогулки на природе и другое.

Все три составляющие физической культуры включают в себя, как структурный элемент, оздоровительную деятельность.

Оздоровительная деятельность – это сознательная, целенаправленная активность человека, результатом которой является оптимальный уровень функционального состояния, развития двигательных навыков, физических качеств, отсутствие болезней.

Структуры спортивной деятельности, физического воспитания и оздоровительной деятельности имеют существенные отличия и прежде всего за счет регулирующих их мотивов. Поэтому проблема изучения мотивации в сфере физической культуры и спорта весьма актуальна. Исследование мотивации проходит по направлениям: спортивная деятельность, физкультурно-спортивная деятельность, физическое воспитание, оздоровительная деятельность.

Наиболее подробно изучены мотивы спортивной деятельности. Основой мотивации спортивной деятельности является оценка общества через моральные и материальные стимулы. Мы уже говорили, что обычно мотивы комплектуются в группы (системы). В каждой группе есть доминирующий, ведущий и другие мотивы Советской психолог Ю. Ю. Палайма выделяет 13 групп мотивов спортивной деятельности:

- мотивы морального порядка (долг, коллективизм, патриотизм);
- стремление к самоутверждению;
- мотивы, связанные с отношением к сопернику, тренеру, зрителям;

- собственно-соревновательные мотивы (желание помериться силами, азарт);
- мотивы эстетического порядка;
- мотивы, связанные с желанием добиться определенных привилегий, материальных благ и др.

Было установлено, что среди спортсменов I ряда и мастеров спорта достаточно четко выделяются две группы, различающиеся по доминирующему мотиву. К первой группе, которую автор условно назвал «коллективистами», относятся спортсмены, в системе мотивов которых доминирующее место занимают общественные, моральные мотивы и с ними связаны мотивы самоутверждения личности или мотивы любви к спорту. У второй группы спортсменов («индивидуалисты») доминирующими являются мотивы, связанные с самоутверждением, с самовыражением личности, а коллективистические мотивы выступают как подчиненные (второстепенные).

Возможны и другие подходы при анализе особенностей мотивации в спорте. Так, например, мотивы спортивной деятельности могут быть сведены к двум типам по доминированию процессуальной или результативной мотивации. Результативные мотивы являются доминирующими у спортсменов, ориентированных на достижение высокого результата. Обычно это спортсмены высокого класса.

Процессуальные мотивы можно отнести к физкультурно-спортивной деятельности.

Процессуальные мотивы характерны для лиц, ориентированных на занятия физической культурой, на участие в спортивной деятельности. Мотивы достижения высоких спортивных результатов у них отсутствуют или носят подчиненный характер. К ним относятся большинство участников внутривузовских студенческих соревнований.

Мотивация в физкультурно-спортивной деятельности определяется, как правило, наличием двух разнополярных направлений:

- 1) укрепление здоровья;
- 2) достижение высоких спортивных результатов.

Мотивы физкультурно-спортивной деятельности исследованы в меньшей степени.

В процессе физического воспитания, где занятия носят обязательный характер, источником мотивации служат как внутренние побуждения, так и внешние факторы (совет родителей, друзей, необходимость оценки, зачета, стремление следовать моде и т. п.). Мотивы в этой области изучены достаточно хорошо.

Мотивация оздоровительной деятельности исследована в меньшей степени. Если опираться на исследования А. А. Касаткина [3], то мотивы оздоровительной деятельности рассматриваются как относительно устойчивые личностные характеристики. Исходя из существующих классификаций мотивов, автор предложил новый вариант классификации, состоящий из 16 мотивов.

Мотивации перечисленных видов деятельности в сфере физической культуры и спорта взаимосвязаны. Так, например, мотивы оздоровительной дея-

тельности у студентов тесно связаны с мотивами физического воспитания, а мотивы физкультурно-оздоровительной деятельности связаны с мотивами оздоровительной деятельности и т. д.

При изучении мотивации у конкретной студенческой личности в сфере физической культуры можно условно выделить 5 типов физкультурной деятельности: 1) тип ярко выраженной спортивной направленности; 2) тип полуспортивной направленности; 3) тип рекреационной (оздоровительной, развлекательной) направленности; 4) тип раздвоенной направленности, когда в основном ставятся спортивные по характеру цели, а мотивы объясняются оздоровительной направленностью; 5) тип двигательной реабилитации и адаптивной физической культуры.

Студенческому коллективу в целом присущи все виды деятельности в сфере физической культуры и спорта, однако при исследовании мотивации целого коллектива (группы, курса, факультета и вуза в целом) преобладающей деятельностью нужно считать деятельность физкультурно-оздоровительную.

Изучение мотивации студентов в сфере физической культуры проводится по различным апробированным методикам с использованием мотивов различных классификаций и по неопробированным методикам, составленным в форме простейшего анкетирования.

Из методик наиболее часто используется методика определения оздоровительной деятельности студентов по классификации А. А. Касаткина, которая включает 16 мотивов и тест-опросник с 80-ю утверждениями; методика изучения мотивов занятий спортом в юношеском возрасте А. В. Шаболтаса; методика изучения ценностных ориентаций М. Роккича в адаптации А. Гоштауа, А. А. Семенова, В. А. Ядова; классификация потребностей А. Маслоу; морфологический тест жизненных ценностей (МТЖЦ) В. Ф. Серова, Л. В. Карпушиной и другие методики.

В 90-х годах прошлого века было выяснено, что мотивация студентов зависит от специфики вуза, приобретаемой специальности, курса, физической подготовленности. У студентов педагогических специальностей вузов городов Саратова, Москвы и Ростова доминирующим мотивом являлся мотив игры и развлечения, ведущими были мотивы общения, двигательной активности и положительных эмоций, к нейтральным были отнесены мотивы интереса к противоположному полу, удовольствия от движений, физкультурно-спортивных интересов, долженствования (воспитательный аспект), долженствования (внутренний аспект), совершенствования, сохранения здоровья. К числу негативных мотивов были причислены мотивы доминирования, долженствования (внешняя стимуляция), соперничества, подражания, привычки [4, 6].

В Кемеровском госуниверситете иерархия мотивов у студентов педагогических специальностей в целом совпадала с вышеназванной, но по ряду мотивов были существенные отклонения. Так, мотив ин-

тереса к противоположному полу был ведущим, двигательной активности, положительных эмоций, соперничества, долженствования (внешняя стимуляция) – нейтральными [10, 11].

Выявлено, что в настоящее время социальные условия жизни студента существенно влияют на поступление в вуз, и ведущими мотивами в это время у студентов становятся «профессиональный» и мотив «личностного престижа». В это время менее значимы другие мотивы, например, «желание получить знания». В высшей школе усилилось понимание роли положительной мотивации в обучении студента по разным дисциплинам, на которую существенное влияние оказывает его оздоровительная деятельность.

В то же время мотивация студентов связана с психологическими особенностями возраста, пола, интересами, потребностями, физиологическими, социальными и другими показателями. Выяснилось, что социальные условия жизни студента существенно влияют на его мотивацию к различным видам деятельности в вузе, в том числе и в сфере физической культуры. На наш взгляд, прохладное, негативное отношение студентов к физкультурно-оздоровительной деятельности и к учебным занятиям по дисциплине «Физическая культура», связано с недооценкой психологического фактора в физкультурно-оздоровительной деятельности. Предлагаемая студенту в вузе система физкультурно-оздоровительных мероприятий не всегда совпадает с желаниями и потребностями студентов и приводит к внутреннему конфликту личности.

Так как мотивация формируется под влиянием ситуационных факторов и индивидуальных особенностей личности, то при организации физкультурно-оздоровительной деятельности эти факторы необходимо учитывать.

За эти годы усилилась агитация и пропаганда различных составляющих форм физической культуры через средства массовой информации, появилось множество секций по нетрадиционным для России видам физической культуры и спорта, увеличилась материальная база для занятий, усилилось внимание руководителей к развитию детско-юношеского спорта, усилилось внимание преподавателей физической культуры к использованию принципа индивидуализации при проведении учебных занятий, возросло понимание преподавателей о необходимости формирования у учащихся и студентов положительной мотивации к физкультурно-оздоровительной деятельности.

За счет перечисленных факторов у современных студентов показатели мотивации к физкультурно-оздоровительной деятельности значительно изменились в положительную сторону.

Сравнительный анализ настоящих и прошлых результатов мотивации в Кемеровском государственном университете показывает, что у современных студенток-математиков существенно повысилась сила мотивации к физкультурно-оздоровительной деятельности от + 8 до + 46 баллов. Так как наибольшая мотивация равна + 240 баллов, то полу-

ченные цифры говорят о том, что в среде студенток все еще встречаются люди, имеющие сугубо отрицательную мотивацию, но таких студентов стало гораздо меньше.

Необходимо отметить, что у сегодняшних первокурсников несколько изменилась и иерархия мотивов.

У девушек ранее бывший доминирующим мотив игры и развлечения с первого места переместился на четвертое.

Мотив общения с третьего места переместился на восьмое, т. е. занятия физкультурно-оздоровительной направленности уже не связаны в большей мере с желанием общаться со сверстниками.

Мотив доминирования занимает то же место у современных студенток, что и ранее (третье).

Мотив долженствования (внешняя стимуляция) с пятого места переместился на пятнадцатое. Это говорит о том, что регулярное посещение учебных занятий по физической культуре в настоящее время не связано с боязнью наказания за пропуски или неполучения зачета.

Ранее находившийся на шестом месте мотив двигательной активности теперь занимает второе место в ряду мотивов. Негативный мотив соперничества теперь занимает должное двенадцатое место (а ранее был на шестом – восьмом местах). Мотив положительных эмоций с девятого места переместился на пятое, мотив самосохранения здоровья – с десятого – на шестое, мотив совершенствования – с двенадцатого места на седьмое, физкультурно-спортивных интересов с тринадцатого – на восьмое. В данном случае наблюдается положительная динамика у мотивов, которые должны являться значимыми при занятиях физкультурно-оздоровительной деятельностью [9].

Исследования, проведенные в Самарском государственном педагогическом университете [13] показали, что для студенток 1 – 2 курсов направленность личности противоречива. С одной стороны, они стремятся слиться с учебной группой в человеческих взаимоотношениях. С другой стороны, они стремятся к независимости от других, подчеркнуть свою индивидуальность и неповторимость. Это объясняется особенностями женской психологии. Таким образом, мотивация формируется под влиянием ситуационных факторов и индивидуальных особенностей личности. Поэтому при организации оздоровительной деятельности со студентами эти факторы необходимо учитывать.

Исследователи считают, что результативность физического воспитания существенно повысится, если будет разработан алгоритм привлечения студентов к регулярным занятиям физической культурой и спортом в современных социально-экономических условиях. Для этого необходимо определить, что делать на различных этапах становления человека, чтобы выработать потребность заниматься физическими упражнениями и спортом всю жизнь. Существенным аспектом этого процесса является связь мотивов с потребностями и целями, а последних с реальными со-

циальными условиями жизни. Так как мотивация формируется под влиянием возникающих потребностей, то мотивация студентов призвана довести до их сознания значимость, необходимость и ценность приобретаемых знаний, умений и навыков. И в этом случае мотивация зависит от многих факторов: материально-технической базы вуза, личности преподавателя физической культуры, его педагогического мастерства, особенностей воспитательной работы вуза, традиции семьи, социального окружения, физической и технической подготовленности студентов и другое. При исследовании мотивации студентов в сфере посещения занятий физической культуры в ряде вузов г. Кемерово авторы опирались на классификацию потребностей, предложенную известным психологом А. Маслоу. Данная классификация включает физиологические потребности, потребности в безопасности, в социальных связях, в самоуважении, в самореализации [2].

Из вышесказанного следует, что потребности и цели являются основными составляющими мотивационной сферы студентов. При удовлетворении потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом формируется положительная мотивация к занятиям, что, в свою очередь, вызывает потребность в занятиях физической культурой. Иными словами, главным в формировании положительной мотивации студентов вузов к регулярным занятиям физической культурой является реализация потребностей студентов в двигательной активности.

Считается, что основным противоречием между внешним положительным отношением студентов к физической культуре и реальным желанием осуществлять это отношение на практике, является неосознанность физической культуры как способа построения личности. В то же время любое двигательное действие студента, которое выходит за рамки учебного процесса, требует дополнительной мотивации. Поэтому эффект физкультурно-оздоровительной деятельности студентов находится в прямой зависимости от устойчивой мотивации.

В этом аспекте, говоря о физическом воспитании студенческой молодежи, выделяют первичные и вторичные мотивы в сфере физической культуры. Первичный мотив (особенно у студентов младших курсов) аккумулируется потребностью в занятиях физическими упражнениями, и он еще очень узок для формирования содержательной деятельности. Первичная мотивация связана с первыми, начальными физическими нагрузками. Затем, по мере адаптации к изменяющимся нагрузкам, формируется внутренний побудитель деятельности – устойчивые вторичные мотивы, образующие мотивационную сферу и устойчивые интересы [5].

С целью повышения уровня мотивации студенческой молодежи в сфере физической культуры ряд исследователей предлагают целые циклы мероприятий и схемы их осуществления. Эти мероприятия связаны с изменением направленности личности, повышением ценностных ориентаций и потребностей, выявлением и изучением мотивов, выявлением предпочтительных

видов физкультурно-оздоровительных и спортивных занятий, с анализом, контролем, самоконтролем, издательской деятельностью, проведением научно-методических конференций [1, 7, 8, 12].

Таким образом, пути решения проблемы привлечения студенческой молодежи к физкультурно-оздоровительной деятельности путем повышения мотивационной сферы исследователями намечены.

Необходимо отметить, что большинство исследователей мотивации физкультурно-оздоровительной деятельности студентов являются преподавателями вузов.

Можно надеяться, что, усилиями исследователей и преподавателей кафедр при поддержке администрации и общественных организаций вузов, мотивационная сфера студентов в аспекте физкультурно-оздоровительной деятельности будет изменяться к лучшему достаточно высокими темпами.

### **Выводы**

1. У современных студентов значительно повысилась сила мотивации и положительно изменилась иерархия мотивов к физкультурно-оздоровительной деятельности по сравнению со студентами 90-х годов прошлого века, однако в среде студентов встречаются люди, имеющие сугубо отрицательную мотивацию, но таких студентов стало гораздо меньше.

2. В студенческой среде и в настоящее время наблюдается невысокая активность в физкультурно-оздоровительной деятельности, которая обусловлена недостаточным вниманием к массовой физической культуре в обществе, серьезными пробелами в семейном и школьном воспитании, слабостью или отсутствием мотивации и ее недооценкой на всех этапах физического совершенства человека.

3. Прохладное, негативное отношение студентов к физкультурно-оздоровительной деятельности и к учебным занятиям по дисциплине «Физическая культура» связано с недооценкой психологических факторов, так как предлагаемая студенту система физкультурно-оздоровительных мероприятий не всегда совпадает с желаниями и потребностями студентов и приводит к внутреннему конфликту личности. Эти факторы необходимо учитывать при организации занятий.

4. Потребности и цели являются основными составляющими мотивационной сферы студентов. Главным в формировании положительной мотивации студентов к регулярным занятиям физической культурой является реализация потребностей в двигательной активности.

5. Мотивация студентов к физкультурно-оздоровительной деятельности зависит от состояния материально-спортивной базы вуза, личности преподавателя физической культуры, его педагогического мастерства, особенностей воспитательной работы в вузе, традиций семьи студента, социального окружения, физической и технической подготовленности студента и ряд других факторов.

6. Результативность физического воспитания студентов существенно повысится, если в вузовских

коллективах при разработке планов физкультурно-спортивных мероприятий будут учитываться потребности и цели студентов, реальные социальные условия жизни, которые и являются источниками формирования мотивации к физкультурно-оздоровительной деятельности.

### Литература

1. Быков, В. С. Педагогическая технология формирования потребности в физическом самовоспитании у студентов вуза [Текст] / В. С. Быков // Организация и методика учебного процесса, физкультурно-оздоровительной и спортивной работы: матер. IX Межд. конф. – М.: МГУ, 2004. – Ч. 1. – С. 124 – 127.

2. Иванова, С. Ю. Формирование положительной мотивации студентов вуза к регулярным занятиям физической культурой и спортом [Текст] / С. Ю. Иванова, Е. В. Апухтина // Проблемы развития физической культуры и спорта в новом тысячелетии: матер. Всерос. науч.-практ. конф. – Кемерово: Кузбассвузиздат, 2009. – С. 112 – 117.

3. Касаткин, А. А. Структура мотивации оздоровительной деятельности студенток [Текст] / А. А. Касаткин: автореф. ... дис. канд. псих. наук. – М., 1992. – 21 с.

4. Касаткин, А. А. Структура мотивации оздоровительной деятельности студентов Поволжской академии государственной службы [Текст] / А. А. Касаткин, О. В. Якубовская, В. Р. Развина // Организация и методика учебного процесса, физкультурно-оздоровительной и спортивной работы: матер. Межд. конф. – М.: МГУ, 2002. – Ч. II. – С. 117 – 120.

5. Коледа, В. А. Двигательный режим и мотивация к занятиям физическими упражнениями [Текст] / В. А. Коледа // Организация и методика учебного процесса, физкультурно-оздоровительной и спортивной работы: матер. VI Междун. конф. – М.: МГУ, 2000. – Ч. I. – С. 214 – 219.

6. Ларионова, Н. И. О мотивах оздоровительной деятельности студенток Ростовского государственного университета [Текст] / Н. И. Ларионова // Организация и методика учебного процесса, физкультурно-оздоровительной и спортивной работы: матер. Межд. конф. – М.: МГУ, 2000. – Ч. I. – С. 219 – 225.

7. Лесникова, С. Л. Выработка положительной мотивации к здоровому образу жизни в процессе физического воспитания студентов технического вуза как одно из условий успешной профессиональной подготовки [Текст] / С. Л. Лесникова, О. А. Заплатина // Проблемы совершенствования физической культуры, спорта и олимпизма в Сибири: матер.

Всерос. научно-практ. конф. – Омск: СибГУФК, 2005. – С. 85 – 88.

8. Мелешкова, Н. А. Мотивационно-потребностная сфера студентов к физкультурно-спортивной деятельности [Текст] / Н. А. Мелешкова, Г. А. Унжаков, А. И. Шульгин // Проблемы развития физической культуры и спорта в новом тысячелетии: матер. Всерос. научно-практ. конф. – Кемерово: Кузбассвузиздат, 2006. – С. 188 – 192.

9. Туренков, А. Н. Влияние социальных условий жизни и некоторых факторов на изменение мотивации студентов к оздоровительной деятельности. [Текст] / А. Н. Туренков, В. М. Калинин // Стратегия и пути развития национального образования в России: сб. науч. трудов по матер. Межд. конф. – Кемерово: Кузбассвузиздат, 2007. – С. 526 – 529.

10. Туренков, А. Н. О структуре мотивации оздоровительной деятельности студенток университета в Кузбассе [Текст] / А. Н. Туренков, А. А. Касаткин // Организация и методика учебного процесса, физкультурно-оздоровительной и учебной работы: тезисы III междуниверситетской научно-методической конференции (с участием стран СНГ). – Йошкар-Ола, 1994. – С. 88 – 89.

11. Туренков, А. Н. Изменение мотивации оздоровительной деятельности студентов за период 1990 – 2006 годов [Текст] / А. Н. Туренков, Л. Н. Скотникова // Проблемы развития физической культуры и спорта в новом тысячелетии: матер. Всерос. науч.-практ. конф. – Кемерово: Кузбассвузиздат, 2006. – С. 238 – 241.

12. Чембай, О. Д. Ценностные ориентации, сформированные у студентов физкультурного вуза в современных условиях [Текст] / О. Д. Чембай, Н. П. Филатова, Л. Е. Медведева // Проблемы совершенствования физической культуры, спорта и олимпизма: матер. Всерос. научно-практ. конф. – Омск: СибГУФК, 2007. – С. 253 – 255.

13. Черкашина, А. Г. Особенности ценностно-мотивационной структуры личности студенток Самарского государственного педагогического университета [Текст] / А. Г. Черкашина, В. И. Черкашин // Организация и методика учебного процесса, физкультурно-оздоровительной и спортивной работы: матер. IX Межд. междуниверситетской научно-методической конф. – М.: Университет, 2006. – Ч. 1. – С. 132 – 134.

*Рецензент – А. И. Шульгин, Кемеровский институт (филиал) Российского государственного торгово-экономического университета.*