

ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЙНО-ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Кліперт О.В.(ДВНЗ ДонНТУ),
науковий керівник – Романій С.М.

Важливим складовим збереження здоров'я людей є фізична активність. Вона впливає на діяльність, ціннісні орієнтації поведінки, фізичний, психологічний, соціальний стан суспільства в цілому. У статті ми розглянемо інтереси і потреби сучасної молоді в сфері фізичної культури і методи мотиваційного стимулювання.

Ключові слова: мотив, мотивація, фізична культура, здоров'я, фізична підготовка, ціннісне ставлення.

Найбільша цінність для людини – це її життя і здоров'я. Питання формування ціннісних орієнтацій щодо здорового способу життя є актуальними на сьогоднішній день. Як свідчать дані, близько третини студентів мають відхилення у фізичному розвитку та здоров'ї. Тому, незважаючи на те, що в університетах питанню фізичної культури й спорту завжди приділяється значна увага, перед нами також стоїть завдання подальшого покращення мотиваційно-ціннісного ставлення до системи фізичного виховання студентської молоді [1].

Збереження та зміцнення здоров'я сучасної молоді, нарощування його резервів, стимулювання захисних сил організму багато в чому визначається рівнем активної рухової діяльності. Рухова активність – природна і спеціально організована рухова діяльність людини, що забезпечує його успішний фізичний і психічний розвиток. Вона є невід'ємною частиною способу життя і поведінки студента і залежить від організації фізичного виховання, морфо-функціональних особливостей, типу нервової системи, кількості вільного часу, мотивації до занять, доступності спортивних споруд і місць відпочинку студентів[2].

Заняття фізичною культурою і спортом допомагають розвитку пам'яті, особливо рухової та зорової, вдосконаленню уваги, її точності та якості. У добре підготовленої людини менший час реакції переключення від однієї дії до іншої, краща розумова працездатність і її стійкість, більша кількість смислових операцій за визначений проміжок часу. Відновлення загальної і розумової працездатності проходить значно швидше і ефективніше, коли розумова діяльність чергується з фізичною. Однак, слід пам'ятати, що тільки оптимальні фізичні навантаження позитивно впливають на всі вищеперераховані прояви. Щоб молодь займалася фізичною культурою, її необхідно мотивувати та заохочувати до занять нею.

Важливим компонентом у структурі навчання руховим діям на заняттях із фізичної культури є мотивація. Її можна визначити як складну багаторівневу систему збудників, що включає потреби, мотиви, ідеали, прагнення, установки, емоції, цінності тощо. Активність людини здебільшого визначається метою її діяльності. Специфіка людської мотивованої діяльності полягає в тому, що вона завжди є цілеспрямованою. У загальному розумінні мотив – це те, що стимулює людину до певної дії [3].

Мотиви занять фізичною культурою умовно діляться на загальні і конкретні. До загальних мотивів слід віднести бажання займатися фізичними вправами взагалі, тобто йому поки байдуже, чим саме займатися. До конкретних мотивів – бажання виконувати будь-які певні вправи, займатися якимось певним видом спорту.

Мотиви, пов'язані з процесом діяльності, – це задоволення потреби в руховій активності і задоволення, що викликається отриманням гострих вражень від суперництва (азарт, емоції радості від перемоги і т.д.)[4].

Мотивація молоді до занять фізичними вправами багато в чому залежить від педагогічної майстерності наставників, уміння застосовувати відповідно до особистісних рис характеру молоді людини ті чи інші важелі впливу на свідомість учнів. Залучаючи молодь до занять і підтримуючи інтерес до них протягом тривалого часу, спеціаліст постійно спостерігає за поведінкою, їх психологічними особливостями і залежно від цього користується відповідними даному конкретному випадку мотиваційно-психологічними чинниками. Завдання тренерів, учителів фізичної культури полягає саме у тому, щоб застосовувати різні методи (наприклад заохочення) так, щоб вони

підвищували відчуття успіху, додавали впевненості у своїх силах, а також сприяли підвищенню внутрішньої мотивації у тих, хто займається фізичними вправами [5].



Рисунок 1 – Загальна модель мотивації через потреби

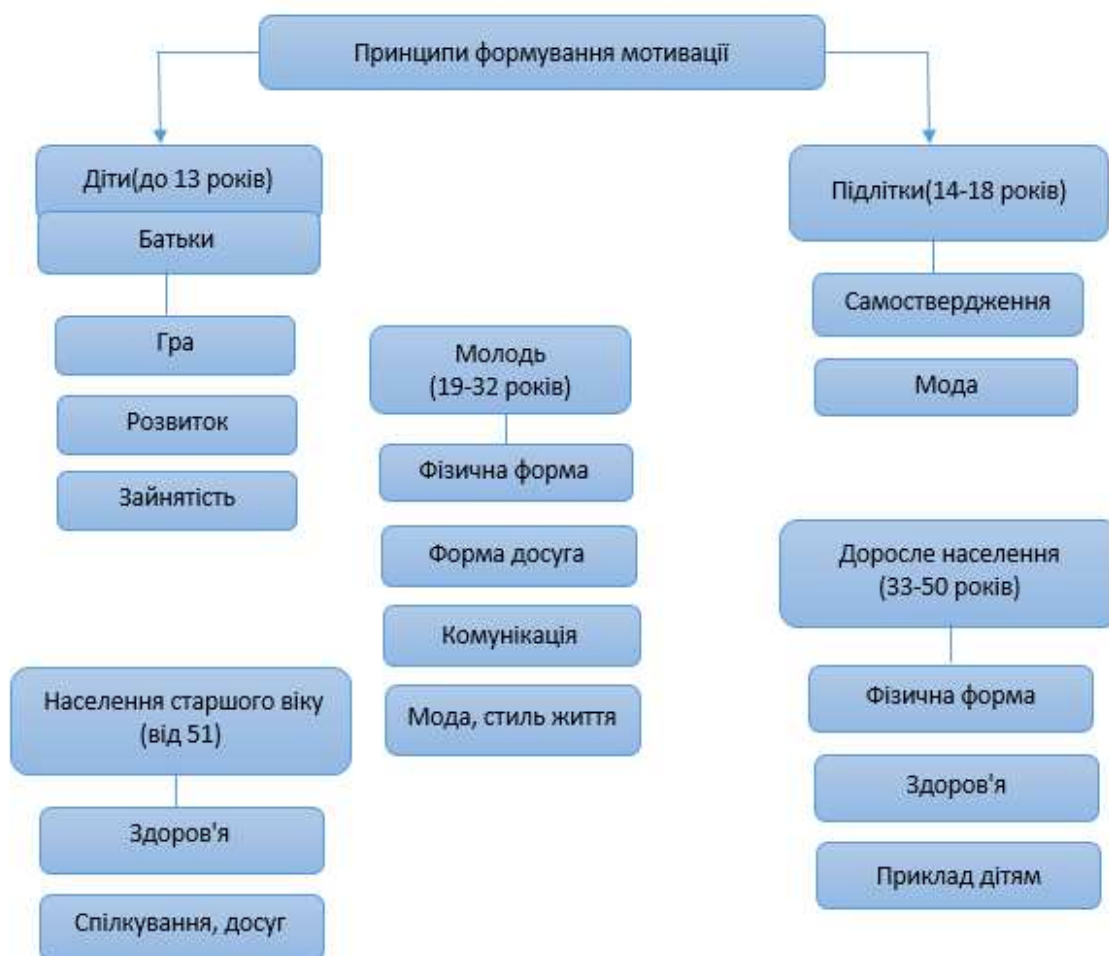


Рисунок 2 – Принципи формування мотивації у людей різних вікових груп

Багатство особистості викладача фізичного виховання, професійної культури і педагогічної майстерності повинно забезпечувати такі прийоми й способи педагогічного впливу, які збагачують емоційний досвід молодшої людини, розвивають увагу, інтерес, формують у них ціннісне ставлення до занять фізичними вправами. Залучаючи молодь до занять і підтримуючи інтерес до них протягом тривалого часу, фахівець має постійно спостерігати за поведінкою і, залежно від цього, використовувати необхідні мотиваційно-психологічні чинники [6].

Одним з основних компонентів мотивації є інтерес. Інтерес – це усвідомлене позитивне ставлення до чого-небудь, що спонукає людину проявляти активність до пізнання об'єкта, який її цікавить. У поняття інтересу входять: уявлення про об'єкт, почуття задоволення, що викликає об'єкт, ставлення до вольових зусиль, вплив відчуття приємного або позитивного на волю. Зі свого боку, інтереси характеризуються направленістю (виділяють матеріальні, духовні, інтелектуальні, суспільні, пізнавальні, спортивні, професійні інтереси) та вибірковістю (інтерес до спортивних ігор, до професії вчителя фізичної культури). Існують різні способи мотивувати молодь до занять фізичними вправами: демонстрація позитивних впливів від фізичних навантажень, застосування цікавих форм проведення секційних занять, надання можливості самоствердитись в оточенні та у змаганні з іншими, можливості мати красиве тіло, бути здоровим і зовнішньо привабливим, сприяння розвитку кар'єрних можливостей, наслідування кумира, можливість проведення спільно з друзями цікавого і корисного дозвілля тощо [1].

У статті було розглянуто поняття мотивації та інтересу до занять фізичною культурою та спортом молоді. Враховуючи викладене вище, виникає необхідність розробки концепції та програми стимулювання зацікавленості молоді у веденні здорового способу життя, які б передбачали взаємозв'язок усіх компонентів навчального процесу в умовах дотримання визначеної мети, завдань, принципів, методів, засобів, форм та етапів навчання.

Література:

1. Реферат: Формування мотивації та інтересу в учнів загальноосвітніх шкіл до занять фізичною культурою. [Електронний ресурс] – Режим доступу: visnyk-sport.kpnu.edu.ua/article/download/58379/
2. Реферат: Формування мотиваційної сфери до здорового способу життя і занять фізичною культурою. [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://www.sworld.com.ua/index.php/ru/physical-education-and-sport-411/physical-education-physical-education-different-groups-411/11761-411-0803>
3. Реферат: Значення фізкультури у житті. [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://ua.textreferat.com/referat-757-2.html>
4. Реферат: Загальне поняття мотиву та мотивації. [Електронний ресурс] – Режим доступу: ua-referat.com/Дослідження...мотивації...у...школяра.doc
5. Реферат: Формування мотивації до занять фізичною культурою у школярів – запорука зміцнення їхнього здоров'я. [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://www.pdaa.edu.ua/np/pdf2/5.pdf>
6. Реферат: Формування мотивації у молоді до занять фізичною культурою. [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://intkonf.org/vereschagina-o-p-formuvannya-motivatsiyi-u-molodi-do-zanyat-fizichnoyu-kulturoyu-ta-sportom/>

УДК 45

АФОРИЗМИ У ТВОРІ ЛІНИ КОСТЕНКО «ЗАПИСКИ УКРАЇНСЬКОГО САМАШЕДШЕГО»

Кравцова А.Д. (Індустріальний інститут ДВНЗ ДонНТУ),
науковий керівник – Немцева Н.С.

У статті розглядаємо афоризми, що використовуються Ліною Костенко у романі «Записки українського самашедшого». Вони узагальнюють різні прояви особистого та суспільного життя і знаходяться під час спілкування як органічна частина, як самостійна та концентрована форма художнього відбиття дійсності, як відображення ставлення носія мови до неї.

Ключові слова: Ліна Костенко, афоризми, лінгвістичний феномен, «Записки українського самашедшого».