

МОТИВАЦІЙНІ ФАКТОРИ ЩОДО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ПРОБЛЕМНОМУ ПОЛІ СУЧАСНОЇ ПЕДАГОГІКИ

Фізичний стан та фізична підготовка сучасної молоді пов'язана з певними негативними тенденціями. Гіподинамія в інформаційному суспільстві набуває глобальних масштабів. Відповідно поширюються серцево-судинні захворювання, проблеми метаболізму, опорно-рухового апарату, вади зору та стан здоров'я загалом. Зауважимо, що базова потреба людини у регулярній збалансованій руховій активності (кінезофілія) у сучасних реаліях «віртуального простору» згасає і не реалізується автоматично. Тож позитивна мотивація до регулярних занять фізичними вправами (у тому числі і самостійно) набуває, у наш час і на перспективу, вітального характеру.

Треба зазначити, що мотив завжди є суб'єктивним фактором, який позиціонується як індивідуальний та специфічний, він формується під впливом зовнішнього середовища та у процесі виховання і навчання. На думку І. Келішева можна виділити за змістом 6 основних типів мотивів до фізичної активності людини: фізичне самовдосконалення, дружба солідарність, обов'язки, наслідування, спортивні досягнення. На думку І. Вржесневського (2012) така схема недостатньо досконала, оскільки не враховує вплив виховання, навчання, і деяких соціальних та побутових факторів. Зазначений автор вважає, що більш конструктивним має бути наступне розділення мотивів до рухової діяльності:

- Агностичні мотиви; - Соціальні мотиви;
- Побутові мотиви;
- Особистісно-характерні мотиви; - Корисні мотиви.

У нашій роботі ми поставили мету більш детально розглянути характеристики зазначених типів.

Змагальний мотив (агностика) можна розглядати і як суперництво, із застереженням, що подібна дія може бути і у відношенні до «віртуального суперника» або рекорду (особистому досягненню) згідно нашим дослідженням тут найбільш розповсюджені наступні установки: «я кращий за інших», «я не гірший за інших», «я можу зробити це ще краще». Змагатися з іншими, у певному віці, притаманно більшості людей і відбуватися подібна мотивація може як на свідомому, так і на підсвідомому рівні.

Соціальні фактори у відношенні до рухової діяльності обумовлені місцем, яке людина займає у соціумі, ставленням до фізичного стану людей, які займають різне положення у суспільстві (у тому числі і до зовнішнього вигляду) та вимогами професії (професійно-прикладна фізична підготовка).

Побутові фактори дуже різноманітні і їх важко відстежити у повній мірі. Сюди можна віднести наступне – характер роботи, що виконується по

дому; наявність та склад сім'ї; побутові звички індивіда; автоматизація домашнього господарства; матеріальні можливості індивіда; наявність поблизу місця роботи або проживання відповідних спортивних споруд і т.п.

Формування особистісно-характерних мотивів можна диференціювати, у свою чергу, за наступними ознаками:

- Гендерно-віковий статус;
- Психосоматип особистості;
- Сформовані уявлення та переваги у сфері рухової активності;
- Наявність внутрішнього неприйняття фізичних зусиль (лінь, фобії, сором и т.п.);
- Набуті звички (як позитивні так і негативні);
- Стійке переважання іншого роду інтересів, звичок, залежностей.

Імовірно, цей список може бути серйозно розширений у контексті індивідуальних особливостей психіки та світогляду індивідуума.

Найбільш ефективні як мотиви обставини, що засновані на особистій вигоді. Ця вигода може бути як матеріальною (грошове заохочення, цінні призи і т.п.) так і нематеріальною (вербальне заохочення або визнання оточуючих, отримання позитивної оцінки від педагога і т.п.).

Неважко помітити, що різні типи мотивів взаємопов'язані та взаємоперетинаються. Так соціальні, корисні і побутові мотиви у багатьох випадках мають матеріальну основу. Соціальні, побутові і особистісні залежать від бюджету часу індивіда та конкурують за його резерви.

Додамо, що більшість фахівців досліджуючи проблеми мотивації (мотив – привід до дії) акцентують увагу на пріоритетній участі свідомості. «Усвідомлена інформація стає мотивом» (Льїн, Курамшин), або «Усвідомлена потреба стає мотивом» (Теплов). У будь-якому з цих варіантів, на думку фахівців, ключовим моментом мотивації є усвідомлення. У той же час, імперативи фізичного виховання побудовані на законах фізіології організму людини. Тож, «несвідоме» часто вносить корекцію (а іноді і навіть руйнує) у прийняття рішення на певному етапі.

Тож, можна припустити що, одним з основних завдань викладача фізичного виховання є моделювання певних умов з метою створення у студента зони «ясної свідомості» стосовно власної фізичної активності. Створення такої «зони» актуалізується за умови набуття необхідного рухового досвіду. Наступним завданням педагога буде формування усвідомленого позитивного ставлення у контексті довгострокової мотивації до регулярних самостійних занять фізичними вправами.