

Интернет-журнал «Мир науки» / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2018, №6, Том 6 / 2018, No 6, Vol 6 <https://mir-nauki.com/issue-6-2018.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/28PDMN618.pdf>

Статья поступила в редакцию 07.11.2018; опубликована 26.12.2018

Ссылка для цитирования этой статьи:

Пискова Д.М., Фильченков Д.А., Ларина С.Г. Исследование мотивационных тенденций студентов в процессе самостоятельных занятий физической культурой и спортом // Интернет-журнал «Мир науки», 2018 №6, <https://mir-nauki.com/PDF/28PDMN618.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

For citation:

Piskova D.M., Filchenkov D.A., Larina S.G. (2018). Study on motivational tendencies of students self study process in physical culture and sport. *World of Science. Pedagogy and psychology*, [online] 6(6). Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/28PDMN618.pdf> (in Russian)

УДК 379.8

ГРНТИ 14.35.19

Пискова Дина Михайловна

ФГБОУ ВО «Пензенский государственный технологический университет», Пенза, Россия
Кандидат педагогических наук, доцент
E-mail: pidimi@yandex.ru
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=409083

Фильченков Дмитрий Александрович

ФГБОУ ВО «Пензенский государственный технологический университет», Пенза, Россия
Кандидат педагогических наук, доцент
E-mail: fild@penzgtu.ru
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=461931

Ларина Светлана Геннадьевна

ФГБОУ ВО «Пензенский государственный технологический университет», Пенза, Россия
Старший преподаватель
E-mail: sg-larina@yandex.ru
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=780501

Исследование мотивационных тенденций студентов в процессе самостоятельных занятий физической культурой и спортом

Аннотация. В статье представлены результаты исследования мотивов самостоятельных занятий физической культурой и спортом. Авторами выявлены латентные взаимосвязанные изменения (тенденции) мотивационной сферы. Для этого данные социологического опроса о целях занятий были подвергнуты факторному анализу. На начальном этапе занятий выявили четыре мотивационные тенденции, характерные для большинства респондентов – социально-значимая группа, физическое совершенствование, гедонизм, спортивная деятельность. Для меньшей части респондентов выявлено пять мотивационных тенденций – физическое здоровье, личностное развитие, активный отдых, первичное стремление к спорту, психоэмоциональное здоровье. С помощью кластерного анализа выявлены наиболее типичные сочетания мотивационных тенденций. Авторы показывают, что в процессе систематических занятий в основной группе изменилась иерархия мотивационных тенденций, а в малой группе изменения затронули структуру целей в самих мотивационных тенденциях. Через 2,5-3,0 года занятий в основной группе респондентов мотивационные тенденции проявляются в последовательности

– гедонизм, физическое и личностное совершенствование, профессиональное здоровье, спортивная деятельность. В малой группе – личностно-профессиональное здоровье, физическая подготовленность, долженствование, психоэмоциональное здоровье, наивный гедонизм. Выявлены наиболее типичные сочетания мотивационных тенденций на втором этапе систематических самостоятельных занятий. Отмечено, что более значительные перестройки мотивационной сферы происходят в малой группе.

Ключевые слова: самостоятельные занятия физической культурой и спортом; мотивы занятий; многомерные методы исследования; латентные изменения мотивационной сферы; главные тенденции мотивов; иерархия мотивационных тенденций; типичные проявления мотивационных факторов; перестройка мотивационных тенденций

Активное самостоятельное освоение физической культуры студентами является интегральной характеристикой их личности, обеспечивающей становление профессиональной культуры, саморазвитие и самосовершенствование [1, с. 8; 2, с. 12; 3, с. 88]. В связи с этим актуальным является изучение мотивационных взаимодействий и скрытых мотивационных тенденций, перестроек целей и мотивов в процессе систематических самостоятельных занятий оздоровительной физической культурой и физкультурно-спортивной деятельностью.

Виленский М.Я., Окуньков Ю.В., Наговицын Р.С. [4, с. 5-7; 5, с. 3; 6, с. 294] выделяют следующие группы мотивов к занятиям физической культурой у студентов: оздоровительные, двигательно-деятельностные, соревновательно-конкурентные, эстетические, коммуникативные, познавательные-развивающие, творческие, профессионально-ориентированные, воспитательные, культурологические, статусные, административные и психолого-значимые.

Оздоровительные мотивы выражают стремление к укреплению здоровья и профилактике заболеваний. Двигательно-деятельностные мотивы отражают потребности в релаксации и получении удовольствия и двигательной деятельности. Соревновательно-конкурентные мотивы основаны на стремлении улучшить собственные спортивные достижения. Эстетические мотивы заключаются в улучшении внешнего вида и впечатления, производимого на окружающих [5, с. 4-5]. Коммуникативные мотивы выражают стремление к улучшению коммуникации между социальными и гендерными группами. Познавательные-развивающие мотивы связаны со стремлением познать свой организм, свои возможности, а затем и улучшить их с помощью средств физической культуры и спорта [5, с. 4-5]. Творческие мотивы связаны с познанием не только физических, но и личностных ресурсов, обеспечивающих духовное развитие. Профессионально-ориентированные мотивы связаны со стремлением развивать личностные профессионально-значимые качества и подготовкой к предстоящей трудовой деятельности [4, с. 5-7]. Административные мотивы обусловлены получением зачета по физической культуре (эта группа мотивов не характерна для исследуемой выборки). Психолого-значимые мотивы связаны со стремлением обретения уверенности в себе, снятием эмоционального напряжения, предупреждением стрессовых состояний, восстановлением психической работоспособности. Воспитательные мотивы определяются развитием навыков самоподготовки и самоконтроля, содействуют развитию морально-волевых качеств, воспитанию патриотизма и гражданственности [7, с. 14-15; 8, с. 154]. Статусные мотивы связаны с увеличением потенциала жизнестойкости в экстремально-личностных конфликтах. Культурологические мотивы отражают формирование потребности в занятиях физическими упражнениями под воздействием СМИ, общества, социальных институтов.

Главным в формировании положительной мотивации к регулярным занятиям физической культурой является реализация потребностей в двигательной активности.

Считается [9, с. 92], что основным противоречием между внешним положительным отношением к физической культуре и реальным желанием осуществлять это отношение на практике, является неосознанность физической культуры как способа построения личности. Эффект физкультурно-оздоровительной деятельности находится в прямой зависимости от устойчивости мотивации. В связи с этим в сфере физической культуры выделяют первичные и вторичные мотивы. Первичные мотивы основаны на потребности в движении, они еще очень узки для формирования содержательной деятельности. Из потребности в движении рождаются мотивы эмоциональной привлекательности физических упражнений, в основе которых – механизмы переживания удовлетворения от процесса выполнения упражнений. Наряду с этим значительную роль начинает играть потребность в сохранении здоровья (жизни), в результате чего рождаются мотивы укрепления здоровья, физического и двигательного развития.

По мере адаптации к возрастающим нагрузкам, формируется внутренний побудитель деятельности – устойчивые вторичные мотивы, образующие мотивационную сферу и устойчивые интересы [3, с. 88; 9, с. 92; 10, с. 56-57]. Систематические занятия физическими упражнениями, достижение определенных успехов, возрастные особенности, гендерная принадлежность, личностные установки, социальная среда и устоявшиеся в обществе нормы – все это определяет дальнейшее развитие мотивов к занятиям физической культурой и спортом. Таким образом, в силу вступают вторичные потребности, которые связывают с развитием личности человека под влиянием социокультурных условий.

Обычно человека побуждает к деятельности не один, а несколько взаимосвязанных мотивов, совокупность которых называется мотивацией. Рекреационная и спортивно-оздоровительная деятельность, как любая сложная социальная деятельность на уровне вторичных мотивов отличается полимотивностью.

Мотивы (влечения и желания), цели, интересы (склонности), ценностные ориентации (идеалы), мировоззрение (убеждения) формируют направленность личности в какой-либо сфере деятельности. При этом взаимная динамика мотивов и целей определяют активность личности. Выделяют 5 типов направленности личности в 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.

Потребности и мотивы, наряду с интересами, ценностными ориентациями, знаниями, убеждениями, волей и т. п. входят в мотивационно-ценностный компонент физической культуры личности и определяют ее биосоциальную целостность [1, с. 10; 3, с. 88; 9, с. 92].

Задачи: выявить наиболее типичные мотивационные тенденции в процессе самостоятельных занятий физической культурой и спортом; проследить динамику этих тенденций.

Методы исследования: анкетирование, анализ экспериментальных данных. Респондентам предлагалось ответить на вопросы анкеты, которые предусматривали выделение целей самостоятельных занятий физической культурой и спортом в начале систематических тренировок и на настоящий момент времени (средний показатель продолжительности систематических занятий составил 34 месяца), самооценку психо-физического состояния и здорового образа жизни (ЗОЖ).

Статистические методы исследования включали многомерные методы анализа данных (факторный и кластерный анализ) и дескриптивную статистику как вспомогательное средство. Факторный анализ проводили методом главных компонент с вращением varimax normalized. Кластерный анализ проводили методом k-средних; расстояние между кластерами определялось методом одиночной связи.

Материалы исследования

В опросе приняли участие 106 юношей, студентов последних курсов (4-5 курс), для которых не предусмотрено обязательных занятий по физическому воспитанию в вузе. Сбор материала проводился в рамках Договора с ФГБУ ФНЦ ВНИИФК № 22/24-12 от 20.03.2012 г. по теме «Выявление мотивации самостоятельно занимающихся физической культурой и спортом к ведению здорового образа жизни, использованию возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, самосовершенствовании, самовоспитании и социальной адаптации». Исследования были организованы на спортивных базах города Пензы и местах массовых занятий оздоровительной физической культурой и спортом.

Результаты исследования

С целью выявления мотивационных тенденций в процессе самостоятельных занятий физической культурой и спортом было проведено 4 факторных анализа по методу главных компонент. Факторизации подвергались цели занятий в начальном периоде и через 2,5-3,0 года (34 мес. в среднем).

Поскольку факторный анализ позволяет выявить латентные (ненаблюдаемые) взаимосвязанные изменения отдельных признаков, которые далеко не всегда имеют максимальные и околомасимальные величины в исследуемой выборке, то можно предположить, что выявленные главные факторы (компоненты) будут отражать скрытую динамику целей занятий, лежащую в основе перестройки мотивационной сферы.

Исследование общей выборки на начальном периоде занятий

В результате первого факторного анализа по методу главных компонент выделено 4 главных фактора, характеризующих 58 % выборки респондентов.

В первую компоненту, которая составляет 30,2 % общей дисперсии, вошли однонаправлено связанные факторные признаки – избавление от вредных привычек (0,75), расширение круга общения (0,71). Они связаны с целями занятий – способствование карьерному росту и повышение качества производственной деятельности (0,69), совершенствование характера и личности (0,69). Дескриптивная статистика показала, что положительный полюс компоненты характеризуется выбором данных целей занятий, отрицательный полюс – индифферентным отношением к данным целям. Фактор интерпретирован как «Социально-значимая группа».

Вторую компоненту (10,1 %) характеризует факторный признак – изменение телосложения (физического развития) (0,82). Он положительно связан с такими целями занятий как повышение уровня двигательной подготовленности и развитие двигательных качеств (0,65). Дескриптивная статистика показала приоритетный выбор данных целей респондентами, составляющими положительный полюс компоненты и индифферентное отношение к ним на отрицательном полюсе компоненты. Фактор интерпретирован как «Физическое совершенствование».

В третью компоненту (9,4 % общей дисперсии) вошли факторные признаки – интересно провести досуг (0,76) и получить новые впечатления (0,71). Эти признаки однонаправленно связаны с целями получить удовольствие от двигательной активности (0,48). Дескриптивный анализ разных полюсов компоненты показал выбор данных целей занятий на положительном полюсе и индифферентное отношение к ним у респондентов отрицательного полюса компоненты. Фактор интерпретировали как «Гедонистический».

В четвертый фактор (8,3 %) вошли факторные признаки – приобретение специальных умений и навыков (0,74) и достижение спортивного мастерства (получение разряда и т. п.) (0,71). Данные цели не связаны (или слабо связаны) с другими целями занятий. На положительном полюсе компоненты респонденты отдавали предпочтение данным целям, на отрицательном – индифферентное отношение. Фактор интерпретировали как «Спортивная деятельность».

С целью выявления наиболее типичных мотивационных групп респондентов провели кластерный анализ. Результаты представлены в таблице 1 и на рисунке 1.

Таблица 1

Результаты дисперсионного анализа главных факторов мотивации в общей выборке (юноши-студенты, классификация на начало систематических занятий)

Фактор	Суммы квадратов отклонений объектов от центров кластеров	Число степеней свободы	Суммы квадратов отклонений между центрами кластеров	Число степеней свободы	F-статистика	Уровень значимости p
1	9,55734	2	95,44266	103	5,15705	0,007337
2	13,18343	2	91,81657	103	7,39460	0,000998
3	48,46841	2	56,53159	103	44,15448	0,000000000021
4	62,69482	2	42,30518	103	76,32121	0,0000000000074

Составлено авторами

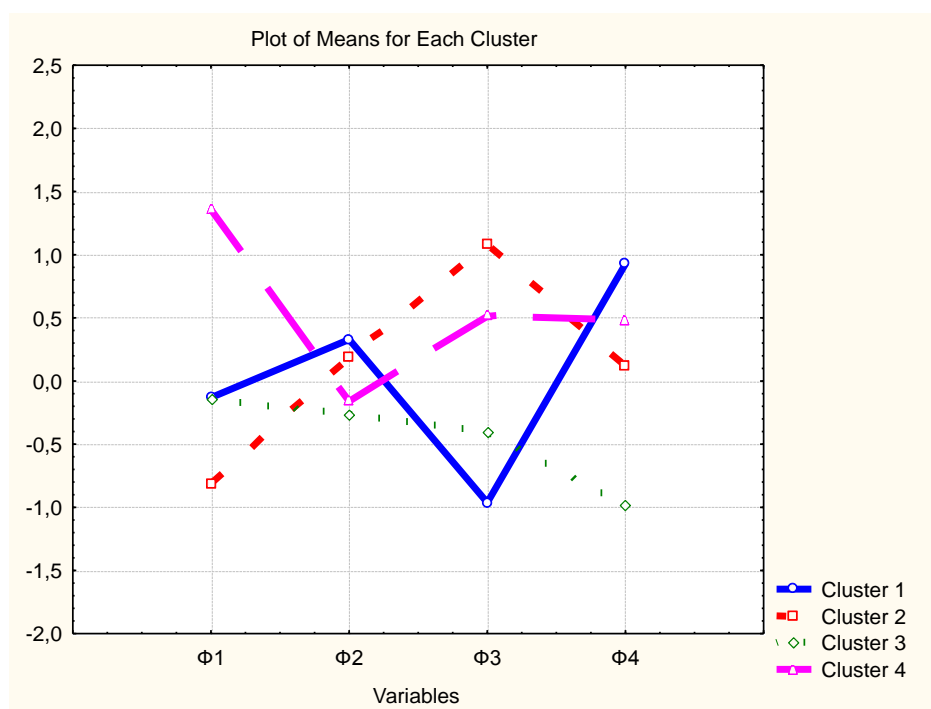


Рисунок 1. Проявление главных факторов мотивации к самостоятельным занятиям физической культурой и спортом у юношей-студентов 4-5 курсов в начале систематических занятий (общая выборка) (составлено авторами)

Для первого кластера (22,5 % респондентов) характерен фактор спортивной деятельности, умеренно выражен фактор физического совершенствования; индифферентное отношение к фактору социально значимой группы; совершенно не свойственен фактор развлечения.

Для второго кластера (23,5 %) характерен гедонистический фактор, индифферентное отношение к физическому совершенствованию и достижениям в спортивной деятельности, совершенно не характерен фактор социально-значимой группы.

Для третьего кластера (34 %) не свойственно проявление какого-либо фактора мотивации. Возможно, эти студенты входят в те 40 % выборки, которые не описываются закономерностями выделенных компонент. Этот кластер требует отдельного аналогичного исследования, результаты которого приведены ниже.

В четвертом кластере (20 %) главным фактором самостоятельных занятий является социально-значимая группа, умеренно выражены гедонистический фактор и фактор спортивной деятельности; индифферентное отношение к фактору физического совершенствования.

Дополнительное исследование третьего кластера

В результате второго (дополнительного) факторного анализа для группировки со слабо выраженными мотивационными тенденциями (3 кластер) выявили 5 главных компонент, описывающих 68,2 % общей дисперсии.

Первый фактор характеризует 26,2 % общей дисперсии и включает однонаправлено изменяющиеся факторные признаки – изменение телосложения (0,81), восстановление и сохранение здоровья (0,73). Фактор интерпретировали как «Физическое здоровье».

Второй фактор описывает 13 % общей дисперсии и включает факторные признаки – расширение круга общения, приобретение друзей (0,81), усовершенствование характера и личности (0,80). Фактор интерпретирован как «Личностное развитие».

Третий фактор (10,2 %) включает факторный признак «получение удовольствия от двигательной активности» (0,74), который однонаправлено связан с целью повышения качества производственной деятельности и карьерного роста (0,62). Фактор интерпретировали как «стремление к активному отдыху».

Четвертый фактор (9,9 %) включает достижение спортивного мастерства (0,73) и избавление от вредных привычек (0,71). Так как спорт ассоциирован со здоровым образом жизни, но не спортивными результатами, фактор интерпретировали как «Первичное стремление к спорту».

Пятый фактор (9,6 %) включает однонаправлено изменяющиеся факторные признаки – снять стресс, улучшить психоэмоциональное состояние (0,83) и приобретение специальных умений и навыков (0,78). Фактор интерпретировали как «Психоэмоциональное здоровье».

Дескриптивный анализ показателей выбора целей занятий на разных полюсах компонент подтвердил выбор респондентами соответствующих факторным признакам целей на положительных полюсах и индифферентное отношение на отрицательных полюсах компонент. В дальнейшем при интерпретации других факторов также использовался этот способ.

С целью выявления типичных мотивационных тенденций у респондентов был проведен второй кластерный анализ на основе факторных весов объектов (таблица 2).

Таблица 2

Результаты дисперсионного анализа главных факторов мотивации, характеризующих третий кластер (юноши-студенты, начало систематических занятий, главные тенденции в мотивационной сфере по первому факторному анализу не выявлены)

Фактор	Суммы квадратов отклонений объектов от центров кластеров	Число степеней свободы	Суммы квадратов отклонений между центрами кластеров	Число степеней свободы	F-статистика	Уровень значимости p
1	15,48689	3	19,51311	32	8,46577	0,000277
2	12,90041	3	22,09959	32	6,22656	0,001876
3	11,53515	3	23,46485	32	5,24366	0,004668
4	23,12063	3	11,87937	32	20,76036	0,00000035
5	7,81683	3	27,18317	32	3,06732	0,041864

Составлено авторами

В первом подкластере (6,6 % от общей выборки) мотивационная сфера характеризуется фактором личностного развития, умеренно выражен фактор физического здоровья; индифферентное отношение к фактору «первичное стремление к спорту», совершенно не свойственны факторы активного отдыха и психоэмоционального здоровья.

Во втором подкластере (13,2 %) главный фактор – первичное стремление к спорту, слабо выражены факторы физического здоровья, активного отдыха и психоэмоционального здоровья; совершенно не свойственен фактор личностного развития.

Для третьего подкластера (5,7 %), характерен фактор активного отдыха; менее выражены факторы физического здоровья и психоэмоционального здоровья. Совершенно не свойственны факторы личностного развития и первичного стремления к спорту.

В четвертом подкластере (8,5 %), главный фактор – психоэмоциональное здоровье, совершенно не свойственны остальные факторы.

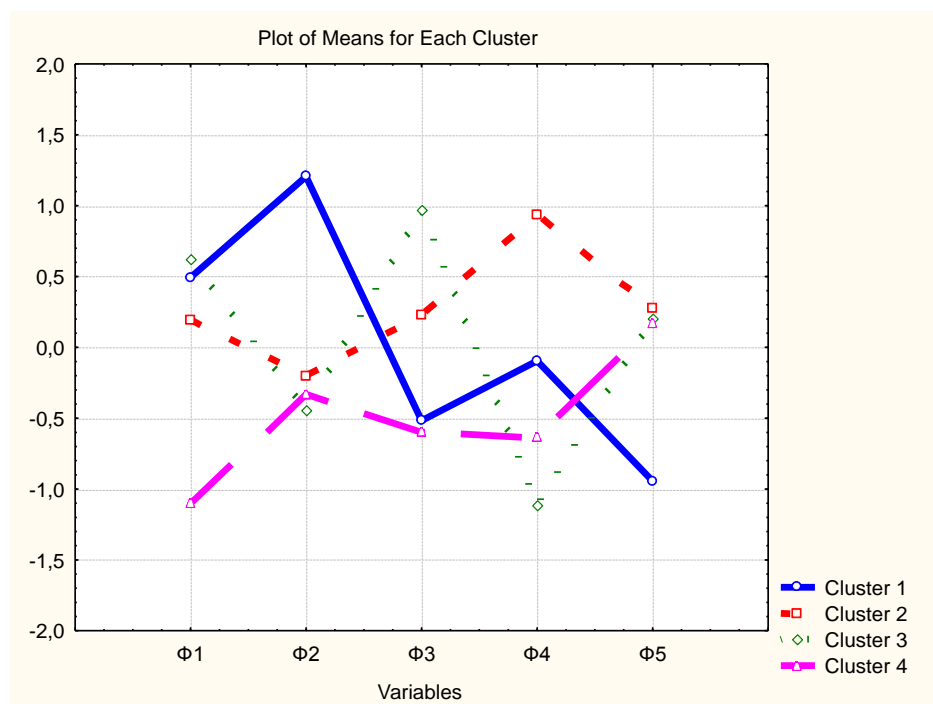


Рисунок 2. Проявление главных факторов мотивации к самостоятельным занятиям физической культурой и спортом у юношей-студентов третьей группировки в начале систематических занятий (составлено авторами)

Исследование в общей выборке после 2,5-3,0 лет систематических занятий

Третий и четвертый (дополнительный) факторный анализ проводились на основе данных о целях самостоятельных занятий, которые ставили перед собой занимающиеся, спустя, в среднем, 2,5-3,0 года (34 месяца). В общей выборке из 106 человек выделено четыре главных фактора, описывающих 55 % общей дисперсии.

В первую компоненту (26,8 % общей дисперсии), вошли факторные признаки – интересно провести досуг (0,74) и получить новые впечатления (0,70), которые положительно связаны с целями получения удовольствия от занятий (0,68). Данный фактор аналогичен выявленному ранее гедонистическому фактору.

Во вторую компоненту (10,8 %) вошли факторные признаки – изменение телосложения (физического развития) (0,72) и повышение уровня двигательной подготовленности и развитие двигательных качеств (0,70). Они положительно связаны с целью усовершенствовать характер и личность (0,61). Это фактор физического и личностного совершенствования.

Третью компоненту (9,7 %) составил факторный признак «избавление от вредной привычки» (0,75), который положительно связан с целями – способствовать карьерному росту и повышению качества производственной деятельности (0,67), снять стресс, улучшить психоэмоциональное состояние (0,59) Фактор можно интерпретировать как стремление к профессиональному здоровью.

Четвертую компоненту (7,7 %) составил факторный признак «достижение спортивного мастерства (получение разряда и т. п.)» (0,76), который положительно связан с целью «приобретение специальных умений и навыков» (0,49). Фактор – спортивная деятельность.

Наиболее типичные проявления мотивационных тенденций выявляли средствами кластерного анализа (таблица 3, рисунок 3).

Таблица 3

Результаты дисперсионного анализа главных факторов мотивации в общей выборке (юноши-студенты, после 2,5-3 лет занятий)

Фактор	Суммы квадратов отклонений объектов от центров кластеров	Число степеней свободы	Суммы квадратов отклонений между центрами кластеров	Число степеней свободы	F-статистика	Уровень значимости p
1	58,76875	4	46,23125	101	32,09757	0,000000000043
2	48,97732	4	56,02268	101	22,07458	0,000000000069
3	59,39505	4	45,60495	101	32,88514	0,000000000072
4	44,22122	4	60,77878	101	18,37131	0,000000000097

Составлено авторами

Первый кластер (27,3 % респондентов), характеризуется фактором профессионального здоровья, умеренно выражен гедонистический фактор, индифферентное отношение к физическому и личностному совершенствованию, а также к спортивной деятельности.

Во втором кластере (11,3 %), выражена тенденция спортивной деятельности, умеренно выражено физическое и личностное совершенствование; индифферентное отношение к гедонистическому компоненту и не свойственен фактор профессионального здоровья.

В третьем кластере (14,2 %), характерна тенденция физическое и личностное совершенствование, другие мотивационные тенденции не характерны.

В четвертом кластере (25,5 %), характерная тенденция – гедонистическая, индифферентное отношение физическому и личностному совершенствованию, а также к спортивной деятельности. Не свойственно стремление к профессиональному здоровью.

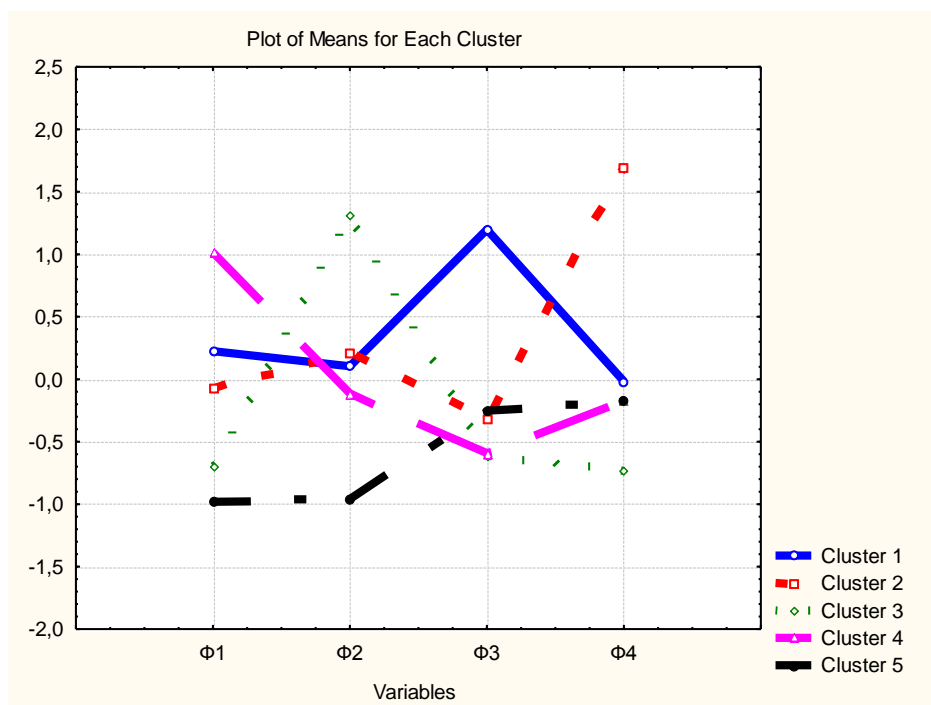


Рисунок 3. Проявление главных факторов мотивации к самостоятельным занятиям физической культурой и спортом у юношей-студентов после 2,5-3,0 лет систематических занятий (общая выборка) (составлено авторами)

В пятом кластере (21,7 %), главные тенденции не выявлены (отрицательные значения). Таким образом, выделенные главные факторы не проявляются, поэтому в данной подгруппе был проведен дополнительный факторный анализ.

Дополнительное исследование 5 кластера

В ходе четвертого факторного анализа, проведенного в пятой группе, выделено 5 главных факторов, характеризующих 73 % общей дисперсии.

Первый фактор характеризует 22,1 % общей дисперсии и представлен тремя однонаправлено изменяющимися факторными признаками – расширить круг общения и приобрести друзей (-0,80), повысить качество производственной деятельности, способствовать карьерному росту (-0,77) и усовершенствовать характер, свою личность (-0,74). Отрицательные факторные нагрузки свидетельствуют о том, что один полюс компоненты составляют респонденты, для которых данные цели не свойственны, а на другом полюсе респонденты, отдающие приоритет данным ценностям. Поэтому фактор интерпретирован как «Личностно-профессиональное здоровье».

Второй фактор (17,7 %) представлен факторным признаком – повысить уровень физической подготовленности, развить определенные двигательные качества (0,82), который разнонаправлено связан с целью приобретения специальных умений и навыков и однонаправлено с целью получить новые впечатления (0,64). Фактор интерпретирован как «Физическая подготовленность».

Третий фактор (12,9 %) представлен двумя разнонаправлено изменяющимися факторными признаками «интересно провести досуг» (-0,79) и избавлением от вредных привычек (0,78). Фактор можно интерпретировать как «долженствование».

Четвертый фактор (10,5 %) представлен двумя одинаправлено связанными факторными признаками – восстановление и сохранение здоровья (0,83) и снять стресс, улучшить психоэмоциональное состояние (0,78). Фактор интерпретирован как «Психоэмоциональное здоровье».

Пятый фактор (9,8 %) представлен разнонаправлено изменяющимися факторными признаками – готовность к преодолению экстремальных ситуаций (-0,88) и получить удовольствие от двигательной деятельности. Фактор интерпретирован как «Наивно-гедонистический».

Типичные мотивационные тенденции, выявленные средствами кластерного анализа, представлены в таблице 4 и на рисунке 4.

Таблица 4

**Результаты дисперсионного анализа главных факторов мотивации
(юноши-студенты, пятый кластер; классификация после 2,5-3,0 лет занятий)**

Фактор	Суммы квадратов отклонений объектов от центров кластеров	Число степеней свободы	Суммы квадратов отклонений между центрами кластеров	Число степеней свободы	F-статистика	Уровень значимости p
1	7,67968	4	14,32032	18	2,41325	0,086886
2	11,21420	4	10,78580	18	4,67873	0,009143
3	4,68283	4	17,31717	18	1,21687	0,338245
4	16,57161	4	5,42839	18	13,73746	0,000026
5	18,01537	4	3,98463	18	20,34545	0,000002

Составлено авторами

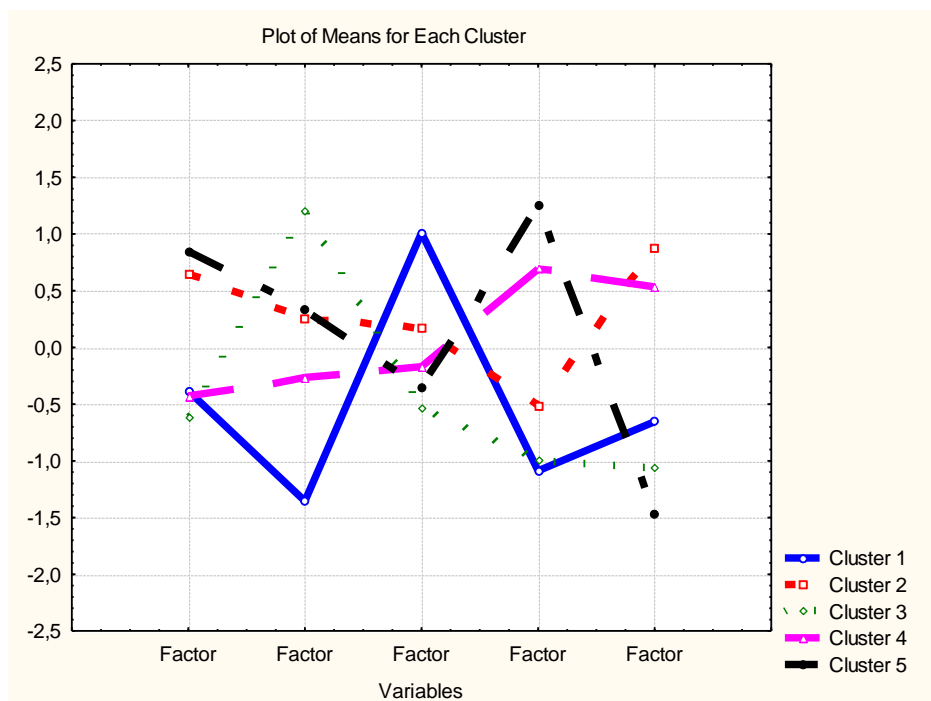


Рисунок 4. Проявление главных факторов мотивации к самостоятельным занятиям физической культурой и спортом у юношей-студентов после 2,5-3,0 лет систематических занятий (в пятом кластере) (составлено авторами)

Выделено пять группировок (подкластеров). Первый подкластер (13 %), характеризуется фактором долженствования, умеренно выражены факторы личностно-профессионального здоровья и наивно-гедонистический фактор, совершенно не свойственны факторы физической подготовленности и психоэмоционального здоровья.

Во втором подкластере (26 %), выражена тенденция личностно-профессионального здоровья, чуть менее – наивно-гедонистический фактор; индифферентное отношение к факторам физическая подготовленность и долженствование. Не свойственен фактор психоэмоционального здоровья.

Для третьего подкластера (13 %), характерна тенденция «физическая подготовленность»; другие факторы выражены отрицательно.

В четвертом подкластере (35 %), характерные тенденции – психоэмоциональное здоровье и наивный гедонизм. Индифферентное отношение к долженствованию; не проявляются факторы личностно-профессионального здоровья и физической подготовленности.

В пятом подкластере (13 %), главные тенденции – психоэмоциональное здоровье, личностно-профессиональное здоровье, умеренно выражен фактор физической подготовленности; не проявляются тенденции долженствования и наивно-гедонистическая.

Заключение

Исследование целей самостоятельных занятий физической культурой и спортом средствами многомерного анализа позволило выявить главные мотивационные тенденции, отражающие скрытые перестройки актуальных мотивов в процессе систематических самостоятельных занятий; выделить две группы мотивационных тенденций – одну, характерную для большинства респондентов – 76-78 %, и вторую, характерную для меньшинства – 22-24 % студентов.

Мотивационные тенденции «большинства» на начальном этапе занятий представлены принадлежностью к социально-значимой группе, физическим совершенствованием, гедонизмом, спортивной деятельностью. После 2,5-3,0 лет систематических занятий (в среднем 34 месяца) мотивационные тенденции не только изменили свою структуру, но и одна тенденция видоизменилась, т. е. на ее основе сформировалась новая, вследствие удовлетворения двух первоначальных целей-потребностей, составляющих первый фактор.

В результате перестроек на первое место вышла гедонистическая тенденция, на втором месте осталась тенденция к физическому и личностному совершенствованию, на третьем месте появилась новая тенденция – стремление к профессиональному здоровью, на четвертом месте осталась спортивная деятельность. Таким образом, тенденция принадлежности к социально-значимой группе трансформировалась в фактор профессионального здоровья, а цели расширения круга общения и совершенствования характера и личности респонденты оценили как достигнутые или частично достигнутые.

Мотивационные тенденции «меньшинства» представлены физическим здоровьем, социально-личностным развитием, стремлением к активному отдыху, первичным стремлением к спортивной деятельности, психоэмоциональным здоровьем. Спустя 34 месяца систематических занятий – это личностно-профессиональное здоровье, физическая подготовленность, долженствование, психоэмоциональное здоровье, наивный гедонизм.

Более значительные изменения происходят в мотивационных тенденциях меньшей группы (24 % респондентов – третий кластер и 22 % – пятый кластер). При этом основу пятого кластера составляют респонденты 3 кластера (50 % – 13 человек), остальные первоначальные кластеры представлены меньшим количеством респондентов (от 2-х до 5-ти человек). Таким образом, тенденции «большинства» более стабильны.

В данной статье представлены лишь первые результаты экспериментального анализа данных. Планируется исследовать влияние главных факторов на самооценку здоровья, нервных перегрузок, двигательной подготовленности, ЗОЖ; выявить структуру мотивов в каждом кластере, дать им социально-психологическую характеристику. Все это позволит планировать управление развитием спортивно-рекреационных зон, характером и спецификой самостоятельных занятий физической культурой, а также повысить эффективность управления подготовкой тренеров-инструкторов в области оздоровительной ФК и преподавателей физического воспитания в учреждениях профобразования (вузах и колледжах).

ЛИТЕРАТУРА

1. Изаак С.И., Володкович С.Л. Актуальные проблемы сохранения здоровья студенческой молодежи в России и Белоруссии. Человеческий капитал. 2016. № 5 (89). С. 8-10.
2. Коломийченко Е.В. Мотивация студентов вуза к занятиям физической культурой и спортом как компонент развития физической культуры личности; Северо-Кавказский психологический вестник. 2010. Т. 8. № 4. С. 11-15.
3. Новикова Н.Е., Тиунова О.В. Использование межпредметных связей в формировании у студентов мотивации к здоровому образу жизни. В книге: Проблемы совершенствования физического воспитания студентов материалы всероссийской научно-методической конференции, посвященной 85-летию РГУ нефти и газа имени И.М. Губкина. 2015. С. 88-90.
4. Виленский М.Я. Формирование физической культуры личности учителя в процессе его профессиональной подготовки: дис. ... д-ра пед. наук в форме науч. доклада. – М., 1990. – 84 с.
5. Окуньков Ю.В. Физическое воспитание как фактор всесторонней подготовки специалиста (на примере технических вузов): автореф. дис. ... канд. пед. наук. – М., 1975. – 16 с.
6. Наговицын Р.С. Мотивация студентов к занятиям физической культурой в вузе; Фундаментальные исследования. 2011. № 8-2. С. 293-298.
7. Психология физического воспитания и спорта: Уч. пособие для студ. высш. уч. заведений / Гогунев Е.Н., Мартыанов Б.И. – 2-е издание, дораб. – М: Издательский центр Академия, 2004. – 224 с. (стр. 14-15).
8. Рогов М.Г. Ценности и мотивы личности в системе непрерывного профессионального образования: дис. ... д-ра псих. наук. – Казань: 1999. – 349 с.
9. Туренков А.Н., Скотникова Л.Н. К вопросу о повышении уровня мотивации студентов высших учебных заведений к занятиям физической культурой и спортом; Вестник Кемеровского государственного университета. 2009. № 3 (39). С. 90-94.
10. Ценностно-мотивационные ориентации студентов вузов в современной России (К проблеме мониторинга качества образования): сб. статей под ред. науч. пед. проф. И.А. Зимней. – М., 2000. – 88 с.

Piskova Dina Mikhailovna

Penza state technological university, Penza, Russia
E-mail: pidimi@yandex.ru

Filchenkov Dmitry Alexandrovich

Penza state technological university, Penza, Russia
E-mail: fild@penzgtu.ru

Larina Svetlana Gennadievna

Penza state technological university, Penza, Russia
E-mail: sg-larina@yandex.ru

Study on motivational tendencies of students self study process in physical culture and sport

Abstract. The article presents the results of the study of motives of independent exercises in Physical Education and Sport. The authors revealed latent interconnected changes (tendencies) of the motivational sphere. For this purpose the data of the sociological poll concerning purposes of exercises were subjected to the factorial analysis. Four motivational tendencies characteristic of most of respondents – a socially important group, physical improvement, hedonism, sports activity – were revealed at the initial stage of exercises. Five motivational tendencies were revealed as characteristic of a smaller part of respondents – physical health, personal development, active recreation, primary aspiration to sport, psychoemotional health. The most typical combinations of motivational tendencies were discovered by means of the cluster analysis. The authors show that in the course of systematic exercises the hierarchy of motivational tendencies in the main group changed, and the changes in the small group concerned the structure of the purposes of the very motivational tendencies. Motivational tendencies in the main group of respondents after 2.5-3 years of exercises are shown in the sequence – hedonism, physical and personal improvement, professional health, sports activity; in the small group – personal and professional health, physical fitness, obligation, psychoemotional health, naive hedonism. The most typical combinations of motivational tendencies at the second stage of systematic independent exercises were revealed. It is noted that more considerable reorganizations of the motivational sphere happen in the small group.

Keywords: independent exercises in Physical Education and Sport; motives of exercises; multidimensional methods of the study; latent changes of the motivational sphere; main tendencies of motives; hierarchy of motivational tendencies; typical manifestations of motivational factors; reorganization of motivational tendencies