

УДК 796.012.2:371.134

DOI 10.31494/2412-9208-2023-1-1-256-263

STUDENT MOTIVATION FOR PHYSICAL EDUCATION CLASSES
AS A PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL PROBLEM

МОТИВАЦІЯ СТУДЕНТІВ ДО ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
ЯК ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА

Svitlana KARA,

Candidate of Pedagogical
Sciences, Associate Professor

karasvetlana@ukr.net

<https://orcid.org/0000-0001-8456-5428>

Iryna RASTORGUYEVA,

senior teacher

irarastorqu@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-1867-9889>

Berdiansk State Pedagogical

University,

✉ 4, Schmidt st., Berdiansk,

Zaporizhzhia region, 71100, Ukraine

Світлана КАРА,

кандидат педагогічних наук, доцент

Ірина РАСТОРГУЄВА,

старший викладач

Бердянський державний

педагогічний університет,

✉ вул. Шмідта, 4, м. Бердянськ,

Запорізька обл., 71100, Україна

Original manuscript received: March 14, 2023

Revised manuscript accepted: April 09, 2023

ABSTRACT

The article analyzes the psychological and pedagogical aspects of students' motivation for physical education classes. It was determined that in modern psychological and pedagogical literature there are significant differences regarding the definition of the concepts «motive» and «motivation». It was found out that the concept of «motive» includes needs, motivation, interest, passion, inclination, desire. Motives are relatively stable personal characteristics of a person. Motives can be ideals of the individual, his beliefs, social guidelines, value orientations. It is noted that the effectiveness of the organization of the educational process in physical education is possible provided that the main motivational motives that determine the student's activity and, as a result, the process of forming his motivation for motor activity are taken into account. The main factor influencing students' motivation to study is the acquisition of knowledge, skills and abilities.

Emphasis is placed on the fact that it is possible to interest a student in physical education through purposeful influence on individual motives and on the motivational sphere as a whole. One of the most important tasks in the formation of motivation for physical education is the development of achievement motivation. Based on the analysis of the pedagogical literature, it was concluded that the formation of motivation depends on the content, methods, organizational forms and material possibilities of conducting the educational process in a higher educational institution.

The main pedagogical conditions that will contribute to the effective formation and increase of students' motivation to engage in physical education are defined: acquiring knowledge about preserving, maintaining and strengthening health, creating a positive attitude towards the formation of the need for a healthy lifestyle; differentiation of physical education. It is emphasized that supporting educational motivation will allow students to consciously master

knowledge, develop skills and abilities; to develop a positive attitude towards the process of physical education, to systematically engage in physical and recreational and sports exercises during physical educational and extracurricular activities.

Key words: *motive, motivation, interest, physical education physical education of students.*

Вступ. Останніми роками на тлі інтенсифікації освітнього процесу в закладах вищої освіти спостерігається тенденція зниження рухової активності студентів, що негативно позначається на показниках їхнього фізичного стану. У зв'язку з цим особливої значущості набувають питання формування і зміцнення здоров'я молоді, яка є запорукою здоров'я і благополуччя нашої нації. Тому питання формування, підтримання, збереження здоров'я, вдосконалення фізичного стану та розвитку, відновлення розумової та фізичної працездатності студентів шляхом залучення їх до занять фізичною культурою та спортом стає надзвичайно актуальним. Одним із шляхів підвищення фізкультурно-оздоровчої діяльності студентів є формування позитивної мотивації до занять фізичними вправами.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Окремі аспекти вирішення зазначеної проблеми знайшли відображення в багатьох дослідженнях. Так, мотивацію людської діяльності розглядали вітчизняні й зарубіжні психологи С. Занюк, Є. Ільїн, О. Леонт'єв, А. Маслоу та ін.; теоретико-методичним засадам фізичного виховання присвячені праці Е. Вільчковського, Л. Волкова, О. Дубогай та ін., а особливостям занять фізичною культурою – Т. Круцевич, О. Куц, Є. Приступи та ін. Мотивацію студентів до занять різними видами спорту розглядали О. Марченко, Н. Підбуцька, В. Цибульська та ін.

Проте питання формування мотивації студентів до занять з фізичного виховання в сучасній педагогічній науці залишається найбільш актуальним та потребує подальшого вивчення.

Мета роботи: проаналізувати психолого-педагогічні аспекти мотивації студентів до занять з фізичного виховання.

Методи дослідження. Для досягнення мети використано сучасні теоретичні методи дослідження: історико-логічний, проблемно-цільовий, порівняльний.

Результати дискусії. Для розкриття сутності мотивації студентів до занять з фізичного виховання розглянемо сутність понять «мотив» та «мотивація». У сучасній психолого-педагогічній літературі, незважаючи на схожість загального підходу до розуміння мотиву, існують істотні розбіжності щодо визначення цього поняття.

Поняття «мотив» має широкий діапазон і включає в себе потреби, спонукання, інтерес, захоплення, схильність, прагнення тощо.

У найбільш загальному вигляді мотив розглядають як внутрішнє спонукання особистості до того чи іншого виду активності, пов'язаної з задоволенням певної потреби. Мотивами можуть виступати ідеали особистості, її переконання, соціальні настанови, ціннісні орієнтації.

Зарубіжні психологи розглядають мотивацію як суто енергетичне джерело активності. Цієї точки зору дотримуються З. Фрейд, Браун, Фрієр, Фарбер та ін. У визначенні мотивації вітчизняні психологи

М. Матюхіна, Б. Зейгарник, О. Леонт'єв та ін. виходять з положення про єдність динамічної і змістовної сторін мотивації.

Мотив визначають як форму прояву потреби, у якій відображається те об'єктивне, у чому ця потреба конкретизується в певних умовах і на що спрямовується діяльність. У психіці людини потреби суб'єктивізуються у вигляді бажань, цілей, потягів. Через це вони можуть бути як матеріальними, так і духовними [10].

Під мотивацією розуміють також сукупність спонукальних чинників, до яких належать стимули, ситуативні чинники, потреби, що визначають активність особистості та детермінують її поведінку [10].

Щоб потреби трансформувалися в інтерес, вони повинні пройти складний шлях мотивації. Таким чином, інтерес – це потреба, яка пройшла стадію мотивації. Мотив може викликатися тільки тими потребами, які в конкретній ситуації набувають найбільшої цінності [3].

Мотивувальні потреби людини мають свою ієрархію. Базовими, на думку А. Маслоу [7], є фізіологічні потреби, безпекові, прагнення до спілкування, дружби, кохання і самоповаги. Прагнення до самоактуалізації, самореалізації та особистісного самовдосконалення в ієрархічній піраміді потреб А. Маслоу є головним рівнем потреб і займає один з найвищих щаблів.

Мотиваційна сфера будь-якої діяльності виконує ряд функцій: спонукальну (викликає активність людини до діяльності); спрямувальну (визначає характер мети в діяльності); регулювальну (визначає ціннісні орієнтації, мотиви діяльності).

Аналіз сучасних педагогічних досліджень свідчить про те, що будь-яка діяльність проходить більш ефективно, коли вона більш мотивована. Тому формування навчальної мотивації вважається однією з важливих та пріоритетних сучасних проблем вищої школи.

Мотивація навчальної діяльності, за словником іноземних мов [5], визначається як сукупність зовнішніх спонукань, індивідуальних прагнень і раціональних доводів, що визначають прийняття людиною аргументованого рішення про продовження навчальної діяльності; персоніфікований процес формування внутрішньої готовності до прийняття такого рішення, обумовленого соціальними обставинами й особистісними якостями людини, що визначає і стимулює її навчально-пізнавальну активність.

Вивчення мотивації навчальної діяльності потребує не тільки визначення домінуючого мотиву, а й урахування загальної структури мотиваційної сфери людини.

Слід зазначити, що серед науковців є розбіжності в поглядах щодо пріоритетності мотивів навчальної діяльності. Однак пізнавальні мотиви вважаються провідними в структурі мотивації навчання.

Пізнавальні мотиви А. Маркова [6] поділяє на широкі, зорієнтовані на оволодіння новими знаннями; навчально-пізнавальні, спрямовані на засвоєння способів здобуття знань; мотиви самоосвіти, які виражаються в самостійному вдосконаленні способів здобуття знань.

Мотиви навчальної діяльності також тісно пов'язані з соціальними мотивами, до яких належать мотиви особистісного розвитку, професійного самовизначення, успіху (самоствердження, самовираження).

У теорії мотивації розрізняють зовнішні та внутрішні (процесуальні) мотиви. Внутрішні мотиви розвиваються з власних інтересів і задовольняють особисті мотиви, зовнішні – виникають із зовнішніх стимулів. Зовнішню (вторинну) мотивацію можна трансформувати у внутрішню (первинну) за допомогою систематичного підкріплення [6].

Дослідники О. Леонт'єв, А. Маркова наголошують, що завдяки мотивації певна діяльність здатна формувати стійкий інтерес до неї, перетворювати зовнішню мету у внутрішні потреби особистості.

С. Занюк, А. Маркова та інші зазначають, що саме внутрішні мотиви, до яких відносять пізнавальні мотиви, мотивацію досягнень, потребу в самоактуалізації, безпосередньо пов'язані з процесом навчальної діяльності.

Мотиви – це відносно стійкі особистісні характеристики людини, які впливають на її поведінку в певній ситуації. Мотивація відноситься до поточного стану, який спонукає до діяльності, зокрема до рухової.

Ми погоджуємося з думкою більшості науковців [1; 4; 9], що в студентської молоді, незалежно від рівня їхнього фізичного здоров'я, можна сформувати мотивацію до фізичного виховання.

Якщо ми хочемо спонукати молодь займатися тим видом фізичної діяльності чи спорту, з якими вона ще не знайома, то, як стверджують науковці, зокрема С. Бауманн [13], ми не можемо очікувати, що цей мотив уже є. Щоб спонукати людину до фізичної діяльності чи спорту, необхідно звернути увагу на ті мотиви, які є первинними в ієрархії мотивів та потреб, і пов'язати їх з фізичною культурою чи спортом. З досвідом може відбутися зміна рівня мотивації, тобто перехід від вторинної мотивації до первинної.

Мотиви до занять фізичною культурою і спортом поділяють на загальні (бажання займатися фізичною культурою) та конкретні (бажання займатися певним видом спорту або конкретними видами фізичних вправ) [11]. Тому важливим є з'ясування провідних мотивів, якими студенти керуються у своїх бажаннях під час навчальної та позанавчальної діяльності, а це, у свою чергу, дозволить з'ясувати не тільки мотивацію до фізичного виховання, але й визначити засоби і способи її формування.

Переконані, що ефективність організації освітнього процесу з фізичного виховання можлива за умови врахування головних спонукальних мотивів, які визначають діяльність студента і, як результат, процес формування його мотивації до рухової активності.

Після визначення провідних мотивів до основних напрямів формування мотивації студентів до фізичного виховання відносимо розвиток ціннісного ставлення до фізичного виховання, яке полягає в умінні викладача продемонструвати позитивний вплив фізичних вправ на організм, переконати в можливості досягти успіху в процесі систематичного фізичного самовдосконалення та саморозвитку. Безумовно, у цьому процесі важливу роль відіграє особистий приклад і педагогічна майстерність викладача,

зокрема, його вміння зацікавити, визначитись із вибором ефективних методів навчання відповідно до потреб студентів і їхньої мети, що сприятимуть задоволеності студентів цими заняттями й спонукатимуть їх до фізичного виховання на регулярній основі. Отже, зацікавити студента до занять фізичною культурою можна шляхами цілеспрямованого впливу на окремі мотиви (після визначення провідних) і на мотиваційну сферу в цілому.

Одним із найважливіших завдань формування мотивації до фізичного виховання, за переконанням науковців, є розвиток мотивації досягнення, яка пов'язана з потребою та прагненням особистості досягти бажаного результату та успіху в певній діяльності [2].

На думку американських психологів Д. Аткинсона і Д. Мак-Клеелланда [12], мотив досягнення складається з двох протилежних мотиваційних тенденцій – прагнення до успіху (мотивація досягнення) та запобігання невдачі. Д. Мак-Клеелланд, аналізуючи умови формування мотивації досягнення, об'єднав основні компоненти в чотири групи: 1) формування синдрому досягнення (перевага в людини прагнення до успіху над прагненням уникнути невдачі); 2) самоаналіз; 3) формування прагнень і навичок ставити перед собою високі, але адекватні цілі; 4) міжособистісна підтримка.

В основі мотивації на успіх лежать сподівання на успіх і потреба в його досягненні. Мотивація ж на невдачу є негативною, тому що ще не розпочавши справу, людина налаштована на невдачу, не сподівається на досягнення успіху. Як показує практика, особи, яким притаманна стійка мотивація на успіх, характеризуються активністю, наполегливістю в досягненні мети та продуктивністю діяльності. Якщо зустрічаються перешкоди, вони шукають способи їх подолання. Особи ж з мотивацією на невдачу відрізняються меншою наполегливістю в досягненні мети. Продуктивність їхньої діяльності та активність залежать переважно від зовнішнього контролю. При виконанні відповідальних завдань шукають причини відмови від них або обирають завдання дуже легкі.

Для формування мотивації успіху, як вважають науковці [14], необхідно: ставити реалістичні цілі; розуміти, що на «винагороду» можна чекати довше»; справлятися з непередбаченими перешкодами; усвідомлювати свій успіх; отримувати більше впевненості перед дією і більше задоволення після дії; розуміти власні здібності.

Ураховуючи зазначене вище, ми дійшли висновку, що формування мотивації до фізичного виховання необхідно починати саме з формування мотивації досягнення.

Поточні умови середовища можуть мати мотивуючий або демотивуючий ефект. До таких умов відносимо: рівень педагогічної майстерності викладача фізичного виховання, зміст занять, форми та методи навчання і розвитку рухових якостей, матеріально-технічну базу закладу освіти, мікроклімат у групі тощо.

Основним фактором, що впливає на мотивацію до навчання студентів, є оволодіння знаннями, вміннями та навичками. При низькій мотивації викладачу доводиться використовувати різні способи

стимулювання навчальної діяльності. Тому, однією з важливих функцій викладача є пошук шляхів стимулювання та педагогічного впливу на формування позитивної мотивації кожного студента до занять фізичною культурою або спортом. Великого значення, у зв'язку з цим, набуває застосування нових організаційних засобів, форм і методів, які дозволять більш результативно здійснювати вплив на мотиваційну установку.

Передбачаємо, що розробка та реалізація відповідних педагогічних умов із сукупністю об'єктивних можливостей змісту, методів, методичних прийомів, організаційних форм, матеріально-технічних можливостей провадження освітнього процесу у закладі вищої освіти, дозволить забезпечити ефективне формування мотивації студентів до фізичного виховання.

Зважаючи на складність процесу формування мотивації студентів до занять фізичним вихованням, його залежність від багатьох факторів, на основі дидактичних принципів та з урахуванням різних підходів науковців до формування мотивації студентів до фізичного виховання визначаємо основні педагогічні умови, які сприятимуть ефективному формуванню й підвищенню мотивації студентів до занять фізичним вихованням, а саме: набуття знань щодо збереження, підтримки і зміцнення здоров'я, створення позитивної установки на формування потреби в здоровому способі життя; диференціація фізичного виховання.

Висновки. Дослідження умов формування мотивації студентів до занять з фізичного виховання є однією з ключових проблем у педагогіці, психології та фізичному вихованні. Постійна підтримка навчальної мотивації дозволить студентам свідомо оволодівати знаннями, формувати вміння і навички; розвивати позитивне ставлення до процесу фізичного виховання, систематично займатися фізкультурно-оздоровчими і спортивними видами діяльності під час навчальної та позанавчальної діяльності. Подальші дослідження передбачається провести з вивчення педагогічних умов формування мотивації студентів до занять з фізичного виховання.

Література

1. Долженко Л., Погребняк Д. Формування мотивації до рухової активності студентської молоді з різним рівнем фізичного здоров'я. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2014. № 4. С.52-56.
2. Зазнюк С. С. Психологія мотивації : навч. посіб. Київ : Либідь, 2002. 304 с.
3. Кара С. І. Мотиваційний компонент у структурі професійного інтересу майбутніх учителів фізичного виховання. *Вісник Чернігівського нац. пед. ун-ту ім. Т. Г. Шевченка (Пед. науки. Фіз. виховання та спорт)*. № 112 (Т. 2). 2013. С. 138-140.
4. Круцевич Т. Ю., Безверхня Г. В. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення: навч. посібник. Київ : Олімпійська література, 2010. 248 с.
5. Локшина С. М. Краткий словарь иностранных слов. 9-е изд., испр. Москва, 1988. 632 с.
6. Маркова А. К. Психология профессионализма. Москва, 1996. 309 с.
7. Маслоу А. Мотивация и личность. Санкт-Петербург : Евразия, 1999. 479 с.
8. Миросніченко В. О. Провідні мотиви до занять фізичним вихованням у студентів аграрних закладів вищої освіти. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2019. № 66, Т. 2. С. 62-67.

9. Нестерова Т. В., Павлюк А. А. Структура мотивації до занять з фізичного виховання і спорту студентів вищих навчальних закладів. *Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції «Фізична культура і спорт у сучасному суспільстві: досвід, проблеми, рішення»*. Київ, 31 жовтня 2014. С. 51-58.

10. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. Санкт-Петербург : Питер, 2000. 712 с.

11. Хасанов М. Х., Черноштан М. С. Способи формування позитивної мотивації до занять фізичними вправами в дівчат-студенток. *Науковий вісник Національної академії внутрішніх справ*. № 2. 2014. С.70-78.

12. Atkinson D. The Projective expression of needs. *Journal of Experimental Psychology*. 1984. № 33. P. 35-41.

13. Bauman A, Lewicka M, Schöppe S. The Health Benefits of Physical Activity in Developing Countries. Geneva, World Health Organization, 2005.

14. Pronenko K., Griban G., Medvedeva I., Alosyna A., Bloschynskiy I., Bezpaliiy S., Bychuk O., Mudryk Zh., Bychuk I., Radziyevsky V., Filatova Z., Yevtushok M. Interrelation of students' motivation for physical education and their physical fitness level. *International Journal of Applied Exercise Physiology*, 8 (2.1). 2019. P. 847-857. URL : <http://ijaep.com/Journal/vol.8.2.1.pdf> (дата звернення: 01.04.2023).

References

1. Dolzhenko, L., Pohriebniak, D. (2014). *Formuvannya motyvatsii do rukhovoї aktyvnosti studentskoї molodi z riznym rivnem fizychnoho zdorovia* [Formation of motivation for motor activity of student youth with different levels of physical health]. Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannya i sportu – Theory and methodology of physical education and sports, 4, 52-56. [in Ukrainian].

2. Zazniuk, S. S. (2002). *Psykhohohiia motyvatsii* [Psychology of motivation] : navch. posib. Kyiv : Lybid. [in Ukrainian].

3. Kara, S. I. (2013). *Motyvatsiinyi komponent u strukturі profesiinoho interesu maibutnih uchyteliv fizychnoho vykhovannya* [Motivational component in the structure of professional interest of future teachers of physical education]. Visnyk Chernihivskoho nats. ped. un-tu im. T.H.Shevchenka (Ped. nauky. Fiz. vykhovannya ta sport) – Herald of the Chernihiv National ped. University named after T. G. Shevchenko (Teacher of Science, Physical Education and Sports), 112 (T. 2), 138-140. [in Ukrainian].

4. Krutsevych, T. Yu., Bezverkhnia, H. V. (2010). *Rekreasiia u fizychnii kulturi riznykh hrup naseleння* [Recreation in physical culture of different population groups] : navch. posibnyk. Kyiv : Olimpiiska literatura. [in Ukrainian].

5. Lokshina, S. M. (1988). *Kratkiy slovar inostrannykh slov* [Brief dictionary of foreign words]. Moskow. [in Russian].

6. Markova, A. K. (1996). *Psikhologiya professionalizma* [Psychology of professionalism]. Moskow. [in Russian].

7. Maslou, A. (1999). *Motivatsiya i lichnost* [Motivation and personality]. Sankt-Peterburh : Yevraziya. [in Russian].

8. Myroshnichenko, V. O. (2019). *Providni motyvy do zaniat fizychnym vykhovanniam u studentiv ahramnykh zakladiv vyshchoї osvity* [Leading motives for engaging in physical education among students of agricultural institutions of higher education]. Pedagogika formuvannya tvorchoї osobystosti u vyshchii i zahalnoosvitnii shkolakh – Pedagogy of creative personality formation in higher and secondary schools, 66, T. 2, 62-67. [in Ukrainian].

9. Nesterova, T. V., Pavliuk, A. A. (2014). *Struktura motyvatsii do zaniat z fizychnoho vykhovannya i sportu studentiv vyshchykh navchalnykh zakladiv* [Structure of motivation for classes in physical education and sports of students of higher educational institutions]. Materialy Mizhnarodnoi nauково-praktychnoi konferentsii «Fizychna kultura i

sport u suchasnomu suspilstvi: dosvid, problemy, rishennia» (Kyiv, 31 zhovtnia 2014) – Materials of the International scientific and practical conference «Physical culture and sport in modern society: experience, problems, solutions», 51-58. [in Ukrainian].

10. Rubinshteyn, S. L. (2000). *Osnovy obshchey psikhologii* [Fundamentals of general psychology]. Sankt-Peterburh : Piter. [in Russian].

11. Khasanov, M. Kh., Chornoshtan, M. S. (2014). *Sposoby formuvannia pozytyvnoi motyvatsii do zaniat fizychnymy vpravamy v divchat-studentok* [Ways of forming positive motivation for physical exercises in female students]. *Naukovyi visnyk Natsionalnoi akademii vnutrishnikh sprav – Scientific Bulletin of the National Academy of Internal Affairs*, 2, 70-78. [in Ukrainian].

12. Atkinson, D. (1984). *The Projective expression of needs*. *Journal of Experimental Psychology*, 33, 35-41. [in English].

13. Bauman, A, Lewicka, M, Schöppe, S. (2005). *The Health Benefits of Physical Activity in Developing Countries*. Geneva, World Health Organization. [in English].

14. Prontenko, K., Griban, G., Medvedeva, I., Alohyna, A., Bloshchynskiy, I., Bezpalyi, S., Bychuk, O., Mudryk, Zh., Bychuk, I., Radziyevsky, V., Filatova, Z., Yevtushok, M. (2019). *Interrelation of students' motivation for physical education and their physical fitness level*. *International Journal of Applied Exercise Physiology*, 8 (2.1), 847-857. URL : <http://ijaep.com/Journal/vol.8.2.1.pdf> [in English].

АНОТАЦІЯ

У статті проаналізовано психолого-педагогічні аспекти мотивації студентів до занять з фізичного виховання. Визначено, що в сучасній психологічній та педагогічній літературі існують істотні розбіжності щодо визначення понять «мотив» та «мотивація». З'ясовано, що поняття «мотив» включає в себе потреби, спонукання, інтерес, захоплення, схильність, прагнення. Мотиви є відносно стійкими особистісними характеристиками людини. Мотивами можуть виступати ідеали особистості, її переконання, соціальні настанови, ціннісні орієнтації.

Зазначено, що ефективність організації освітнього процесу з фізичного виховання можлива за умови врахування головних спонукальних мотивів, які визначають діяльність студента і, як результат, процес формування його мотивації до рухової активності. Основним фактором, що впливає на мотивацію до навчання студентів, є оволодіння знаннями, вміннями та навичками.

Акцентовано увагу на тому, що зацікавити студента до занять фізичною культурою можна шляхами цілеспрямованого впливу на окремі мотиви і на мотиваційну сферу в цілому. Одним із найважливіших завдань формування мотивації до фізичного виховання є розвиток мотивації досягнення. На основі аналізу педагогічної літератури зроблено висновок, що становлення мотивації залежить від змісту, методів, організаційних форм і матеріальних можливостей провадження освітнього процесу у закладі вищої освіти. Визначено основні педагогічні умови, які сприятимуть ефективному формуванню й підвищенню мотивації студентів до занять фізичним вихованням: набуття знань щодо збереження, підтримки і зміцнення здоров'я, створення позитивної установки на формування потреби в здоровому способі життя; диференціація фізичного виховання.

Наголошено на тому, що підтримка навчальної мотивації дозволить студентам свідомо оволодівати знаннями, формувати вміння і навички; розвивати позитивне ставлення до процесу фізичного виховання, систематично займатися фізкультурно-оздоровчими і спортивними вправами під час навчальної та позанавчальної діяльності.

Ключові слова: мотив, мотивація, інтерес, фізична культура, фізичне виховання студентів.