Міністерство освіти і науки України

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту

**БІЛІЧЕНКО ОЛЕНА ОЛЕКСАНДРІВНА**

УДК 796.011.3 – 057.875:159.947.5

**ҐЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМ ВИХОВАННЯМ У СТУДЕНТІВ**

24.00.02 – фізична культура,

фізичне виховання різних груп населення

**АВТОРЕФЕРАТ**

дисертації на здобуття наукового ступеня

кандидата наук з фізичного виховання і спорту

Дніпропетровськ – 2014

Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано у Дніпропетровському державному інституті фізичної культури і спорту, Міністерство освіти і науки України.

**Науковий керівник** **–** доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор

**Круцевич Тетяна Юріївна,** Національний університет фізичного виховання і спорту України, завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання.

**Офіційні опоненти:**

доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор **Томенко Олександр Анатолійович,** Сумський державний педагогічний університет імені А.С. Макаренка, завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання;

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент**, Безверхня Галина Василівна,** Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, декан факультету фізичного виховання.

Захист відбудеться **«**7» листопада 2014 р. о 12:00 на засіданні спеціалізованої вченої ради К 08.881.01 Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту (49094, м. Дніпропетровськ, вул. Набережна Перемоги, 10).

Із дисертацією можна ознайомитися в бібліотеці Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту (49094, м. Дніпропетровськ, вул. Набережна Перемоги, 10).

Автореферат розіслано «6» жовтня 2014 р.

Учений секретар

спеціалізованої вченої ради О.О. Мітова

**ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ**

**Актуальність.** Умови сьогодення вимагають значної перебудови системи фізичного виховання молоді. Реформування системи фізичного виховання в навчальних закладах переходить у ранг пріоритетних напрямів діяльності урядових організацій, про що свідчать останні постанови Кабінету Міністрів України, Міністерства освіти і науки України, Міністерства охорони здоров’я.

Дієвими засобами підвищення рухового режиму молоді до належних норм можуть бути ті, що базуються на сучасних принципах фізичного виховання. Одним із головних є принцип пріоритету потреб, мотивів та інтересів особистості, що передбачає побудову системи фізичного виховання в цілому й окремих програм з урахуванням індивідуальних і групових, соціальних і духовних потреб людей, а також формування мотивації до занять фізичною культурою, що зумовлює вплив зовнішніх і внутрішніх факторів (Т.Ю. Круцевич, 2012). Спираючись на цей принцип, було розроблено концепцію гуманізації залучення населення до занять спортом для всіх (М.В. Дутчак, 2009), де за основу обрано особистий інтерес кожної людини до певного виду рухової активності та задоволення цього інтересу шляхом створення умов для занять спортом різних верств населення.

Для реалізації принципу, що вимагає формування мотивації до занять фізичною культурою, необхідно визначити особливості її формування у певної вікової та соціальної групи населення (О.А. Томенко, 2012).

Мотиваційну основу навчання студентів досліджували С.В. Романчук і Ю.А. Бородін, 2004; Н.В. Підбуцька, 2007; Р. Бака і А. Шпаков, 2008; М.Є. Хорошун, 2011 та ін.

Достатня кількість досліджень стосується мотивації до занять різними видами спорту (В.В. Галдіна, В.В. Трегуб, В.А. Штих, 2009; О. Гончарова, 2009; Л.А. Перелигіна і Н.Г. Самойлов, 2008; Н.Є. Пангелова, 2014 та ін.).

Велика кількість досліджень присвячена вивченню мотивації до занять фізичним вихованням, особистій фізичній культурі в ієрархії цінностей сучасного студента (О. Марченко, 2009; Г. Гончар, 2011; О. Римар, О. Куценко, 2011; Н.В. Семенець, 2011; Н. Борейко 2011; Н. Базилевич, 2012; Д. Борейко, 2012; В.О. Гружевський, 2012; С.А. Король, 2012; Ю.О. Фішев, 2012 та ін.).

Однак серед доступних нам наукових матеріалів, на жаль, обмежена кількість таких, що стосуються вивчення особливостей формування мотивації, мотиваційних пріоритетів у юнаків та дівчат, які навчаються у ВНЗ, хоча дослідники мотивації хлопців і дівчат шкільного віку відзначають різницю у прояві інтересів до видів спорту, домінуючих мотивів, ідеалів тощо (С. Сінгаєвський, 2001; Б.М. Шиян, 2004; Г.В. Безверхня, 2003, 2008; Т.Ю. Круцевич, 2012, М. Саїнчук, 2012; Є. Федоренко, 2012; І. Лисак, 2013 та ін.). Окремі дослідження провідних мотиваторів до фізкультурно-оздоровчих занять на дорослих жінках і чоловіках (Н. Карпук, 2013; А.Н. Джупліна, 2007; Л. Маланюк, 2008; Т.В. Імас, 2014) свідчать про особливості прояву мотивації до саморозкриття й отримання фізкультурно-оздоровчих послуг.

У різних галузях життєдіяльності суспільства розглядаються різні соціальні (ґендерні) ролі чоловіків і жінок, комплекси ціннісних орієнтацій, що визначають поведінку людей. Ґендер – це соціокультурна категорія і колективні уявлення, за допомогою яких біологічні розбіжності статей переводяться на мову соціальної та культурної диференціації (Т.В. Орлова, 2008). Сьогодні ґендер розуміється як одна з найважливіших граней соціальних відносин. На думку вчених, він містить три групи характеристик: біологічну стать; стереотипи статевих ролей, загальноприйнятих у суспільстві, а також «ґендерний дисплей» – розповсюджені суспільством норми чоловічої і жіночої взаємодії у всій різноманітності їх проявів (Ш. Берн, 2007; Т.В. Орлова, 2008).

Потреба глибших досліджень ґендерних особливостей формування мотивації у юнаків і дівчат, які навчаються у ВНЗ, до занять фізичними вправами та важливість цього питання для ефективної диференційованої організації фізичного виховання студентів, обґрунтовує актуальність обраної теми.

**Зв’язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Дисертаційну роботу виконано відповідно до Зведеного плану науково-дослідної роботи у галузі фізичної культури і спорту на 2006–2010 рр. Міністерства України у справах сім’ї, молоді та спорту за темою 3.1.2. «Науково-методичні основи удосконалення викладання дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання», (номер державної реєстрації 0106U010782 ), а також відповідно до Зведеного плану науково-дослідної роботи на 2011–2015 рр. за темою 3.1.2. «Удосконалення програмно-нормативних основ фізичного виховання в навчальних закладах», (номер державної реєстрації 0111U001733). Роль автора полягає у вивченні ґендерних особливостей мотиваційних пріоритетів у галузі фізичної культури і спорту у студентської молоді.

**Мета дослідження –** вивчити ґендерні особливості прояву мотивації до занять фізичним вихованням і спортом у юнаків і дівчат, які навчаються у ВНЗ, та розробити рекомендації для створення адекватних організаційно-педагогічних умов у процесі фізичного виховання для формування інтересу до занять руховою активністю студентів як у навчальний, так і у позанавчальний час.

**Завдання дослідження:**

1. Вивчити стан питання з використання ґендерного підходу при організації навчально-виховного процесу з фізичного виховання у ВНЗ за даними літератури.

2. Дослідити особливості мотивації юнаків і дівчат до занять фізичною культурою і спортом та її складових, що характеризують особистісні якості студентів (інтереси, ціннісні орієнтації, самоуправління).

3. Визначити ґендерні особливості особистісних характеристик юнаків і дівчат, що впливають на ставлення до фізичного виховання і занять спортом.

4. Визначити фактори, що впливають на формування ціннісних орієнтацій, інтересів і потреби до заняття руховою активністю юнаків і дівчат, а також розробити рекомендації щодо їх урахування при організації та проведенні занять з фізичного виховання.

**Об’єкт дослідження** – мотивація студентів до занять фізичним вихованням.

**Предмет дослідження** – вплив ґендерних особливостей на формування мотивації студентів до занять фізичною культурою і спортом.

**Методи дослідження:** теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел; анкетування; педагогічне спостереження, педагогічний експеримент; психологічне тестування; методи кількісного та якісного аналізу.

**Наукова новизна отриманих результатів:**

– уперше виявлено значущі фактори, що впливають на формування мотивації

до занять фізичною активністю студентів, до яких належать: життєві цінності, оцінка зовнішності, сенсожиттєві орієнтації, здатність до самоуправління, організаційні основи фізичного виховання у ВНЗ, що мають різну ієрархію в пріоритетах юнаків і дівчат та різну змістовну структуру;

– уперше виявлено ґендерні особливості здатності студентів до самоуправління, які проявляються у відмінностях сформованості її етапів, що включають аналіз, прогнозування, цілепокладання, планування, самоконтроль, корекцію, що впливає на прояв рухової та соціальної активності юнаків та дівчат;

– уперше з’ясовано значення оцінки зовнішності для юнаків і дівчат та цільові установки з її корекції, що дає підставу для спрямованих педагогічних впливів як виховного характеру з формування ціннісних орієнтацій у дівчат, так і методичного впливу, пов’язаного зі змістом засобів, методів і спрямованістю занять фізичними вправами у навчальний та позанавчальний час;

– уперше визначено позитивний вплив соціальних умов, якими є заняття спортом, на сформованість загальної здатності студенток до самоуправління та окремих її фаз (самоаналіз, цілепокладання, оцінка і корекція своїх дій), сенсожиттєвих орієнтацій, а також життєвих цінностей, таких як: саморозвиток, духовне задоволення, престиж, досягнення, збереження індивідуальності, реалізація яких більшою мірою пов’язана з професійною діяльністю та фізичною активністю;

– уперше виявлено ґендерні особливості ознак психологічної статі у студенток, які займаються спортом, що проявляються у наявності 50 % маскулінних ознак, що не впливає на прояв фемінінних якостей, яких у них більше, ніж у дівчат, які не займаються спортом;

– доповнено уявлення про вплив соціальних умов на прояв маскулінності, фемінінності і андрогінності на підставі факту збільшення відсотка студентів з андрогінними властивостями від перших до останніх курсів, що свідчить про їх більшу адаптованість до умов навчання у ВНЗ;

– доповнено уявлення про ґендерні особливості захоплень юнаків і дівчат, що займаються і не займаються спортом, та про динаміку сенсожиттєвих орієнтацій студентів залежно від року навчання у ВНЗ.

**Практична значущість** полягає у розробці рекомендацій для викладачів щодо організації умов навчально-виховного процесу з фізичного виховання у ВНЗ для більш успішного формування мотивації студентів до занять фізичними вправами у навчальний та позанавчальний час на підставі ґендерного підходу.

Матеріали дослідження ґендерних особливостей структурних мотивацій студентів до заняття фізичною культурою і спортом можуть бути використані для проведення теоретичних і практичних занять студентів магістратури, при вивченні дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання студентів ВНЗ», на курсах підвищення кваліфікації викладачів фізичного виховання ВНЗ різного рівня акредитації. Наукові дані, отримані у ході дослідження взаємозв’язку заняття спортом і психологічного типу юнаків і дівчат, можуть бути використані тренерами як орієнтир при виборі тих чи інших видів спорту до заняття.

Результати дослідження були впроваджені у навчальний процес Національного університету фізичного виховання і спорту України, Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту, Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини, Полтавського університету економіки і торгівлі, а також Кременчуцького національного університету імені Михайла Остроградського, про що свідчать акти впровадження.

**Особистий внесок здобувача** полягає у постановці проблеми, мети, завдань, визначенні методів дослідження, організації та самостійному проведенні дослідження, узагальненні й математичній обробці отриманих результатів, аналізі, описі та інтерпретації матеріалу, а також у практичному впровадженні результатів дослідження у навчальний процес.

В опублікованих роботах, виконаних у співавторстві, дисертанту належать результати експериментальних досліджень, їх аналіз та інтерпретація.

**Апробація результатів дисертаційного дослідження.** Основні результати дисертаційної роботи були оприлюднені та обговорені на Всеукраїнських науково-практичних конференціях «Актуальні проблеми фізичного виховання, спорту та валеології» (Кременчук 2009, 2010, 2012 рр.), Міжнародній науково-методичній конференції Академії ВВ МВС України «Сучасні технології у сфері фізичного виховання, спорту та валеології» (Харків, 2010), Міжнародній науково-практичній конференції «Основні напрямки розвитку фізичної культури, спорту та фізичної реабілітації» (Дніпропетровськ, 2012), на регіональному методичному семінарі «Фізичне виховання студентів у контексті Болонського процесу: досвід, проблеми та перспективи» (Полтава, 2012).

**Публікації.** Основні положення дисертаційного дослідження викладено в 10 публікаціях, із них 9 статей опубліковано в фахових виданнях України та одна – в іноземному виданні.

**Структура та обсяг дисертації.** Дисертація складається з переліку умовних позначень, вступу, п’яти розділів, практичних рекомендацій, висновків, списку використаної літератури і 8 додатків. Робота містить 53 таблиці і 5 рисунків. Список використаної літератури налічує 267 джерел наукової та спеціальної літератури, з них 50 – іноземні. Обсяг основного тексту дисертації – 224 сторінки.

**ОСНОВНИЙ ЗМІСТ РОБОТИ**

**У вступі** обґрунтовано актуальність теми дослідження, визначено об’єкт, предмет, мету, завдання і методи дослідження, розкрито наукову новизну, практичну значущість отриманих результатів, особистий внесок здобувача, відображено апробацію результатів дисертації.

У першому розділі **«Ґендерний підхід до організації процесу фізичного виховання студентів»** досліджено стан питання за даними літературних джерел, у яких розкрито проблеми системи фізичного виховання (ФВ) студентів; ґендерні особливості прояву здібностей юнаків та дівчат до певної діяльності; ґендерні особливості мотивації до занять фізичною культурою і спортом, а також мотивації досягнення; статеві та ґендерні особливості занять фізичною культурою і спортом.

Аналізуючи сучасні підходи до усунення недоліків в організації процесу ФВ та підвищення мотивації до занять фізичними вправами, фахівці визначають пріоритети рухової активності, здорового способу життя (ЗСЖ) фактично окремо від особистісних соціально-психологічних якостей людини.

Проведений аналітичний пошук дозволив виділити в педагогічному принципі індивідуалізації фізичного виховання не тільки біологічний підхід, а й ґендерний, пов’язаний з психологічною статтю. Ґендерний підхід – процес оцінки будь-якого напрямку державної політики з точки зору однакового ставлення до чоловіків і жінок. У Державній програмі з утвердження ґендерної рівності в українському суспільстві до 2010 року звернено увагу на активізацію досліджень із ґендерної тематики.

Ряд учених виявили ґендерні особливості мотивації до занять фізичною культурою і спортом (Т.Ю. Круцевич, 2010; Є.П. Ільїн, 2010; О.Ю. Марченко, 2012; М.М. Саїнчук, 2012). Є.П. Ільїн (2010) висунув поняття зовнішньо і внутрішньо орієнтованої мотивації та схильний вважати, що мотивація осіб жіночої статі більш організована зовні, що чоловіки та жінки мотивовані різними потребами для досягнення мети.

Цікаві дані про особливості прояву ціннісних орієнтацій у чоловіків і жінок до краси, фізичної досконалості, тілесності, сексуальності отримані Ж. Батлер (2000), Н. Вулф (2001), Д. Міхель (2000). Еталон фізичної привабливості є головним виразником ґендерних характеристик особистості (І.С. Кльоцина, 1998). Згідно з даними досліджень (Т.Ю. Круцевич, О.Ю. Марченко, 2010) у студентському віці мотив занять фізичними вправами «для поліпшення фігури» виходить на I місце.

У доступній нам літературі з великою кількістю даних із вивчення ґендерних відмінностей жіночого та чоловічого контингенту, ми не знайшли відомостей про ціннісні орієнтації у сфері фізичної культури і спорту юнаків та дівчат; про найбільш ефективні стимули до занять РА, ведення ЗСЖ; про самооцінку фізичного «я» в рамках ґендерного підходу. У цьому випадку ми розглядаємо гендерний підхід не з точки зору політики рівних прав чоловіків і жінок, а з точки зору вивчення їх психо-соціальних особливостей для створення відповідних умов в організаційно-методичному процесі ФВ для формування стійкого інтересу до фізичного вдосконалення, використовуючи при цьому ефективні стимули і мотиватори поведінки.

У другому розділі **«Методи та організація дослідження»** описано й обґрунтовано методи дослідження, що відповідають меті та завданням, об’єкту і предмету дослідження, а також подано інформацію про організацію дослідження.

Аналіз літературних джерел дозволив визначити проблемне поле, спрямованість досліджень, скласти програму досліджень і вибрати адекватні методи. У зв’язку з тим, що ґендерні особливості більшість авторів пов’язують із психологічною статтю, дослідження було спрямоване на вивчення потребо-мотиваційної сфери студентів, що й зумовило вибір соціологічних і психологічних методів. Метод анкетування було обрано у зв’язку з вивченням інтересів юнаків і дівчат до видів спорту, пріоритетів при виборі фізичних вправ на заняттях, мети занять фізичними вправами студентів, а також для суб’єктивної оцінки студентами своєї зовнішності. Ціннісні орієнтації, сенсожиттєві орієнтації та життєві цінності юнаків і дівчат вивчалися з метою визначення сенсу мотивації їх діяльності. За допомогою опитувальника С. Бем було визначено рівень прояву рис психологічної статі у юнаків і дівчат студентів. Методика Г.Н. Казанцевої була використана для визначення ставлення студентів до навчальної дисципліни «фізичне виховання». Для дослідження здібностей студентів до управління формами своєї соціальної і фізичної активності застосовувалася методика «Здатність до самоуправління» Н.М. Пейсахова. Педагогічний експеримент проводився у вигляді констатувального з реєстрацією показників та мав ознаки порівняльного, тому що порівнювалися показники юнаків і дівчат різних курсів, які займаються та не займаються спортом й мають ознаки різної психологічної статі. Теоретичне тестування проводилося з метою з’ясування рівня знань студентів у галузі теорії і методики фізичного виховання, що входить до програми з фізичного виховання для студентів неспеціальних ВНЗ.

У дослідженні взяли участь студенти II курсу (юнаки та дівчата по 50 осіб), IV курсу (юнаки та дівчата по 30 осіб), які відвідують заняття з фізичного виховання в основному відділенні, але не займаються спортом, а також студенти спортивного відділення (юнаки та дівчата по 25 осіб). Усі вони навчаються у Кременчуцькому національному університеті імені Михайла Остроградського.

На I етапі дослідження (2009–2010 рр.) вивчалися літературні джерела, складалася картотека, визначалося проблемне поле. Було здійснено вибір методів дослідження, їх апробація і складання програми дослідження.

На II етапі (2010–2011 рр.) було обрано контингент досліджуваних, проведено констатувальний експеримент із вивчення мотивів, інтересів, потреб, ціннісних орієнтацій у сфері фізичної культури і спорту юнаків та дівчат II і IV курсу, які займаються і не займаються спортом.

На III етапі (2011–2012 рр.) проведена стратифікація вибірки студентів за ознаками психологічної статі (маскулінності, фемінінності та андрогінності), вивчені особливості прояву ціннісно-мотиваційних пріоритетів студентів залежно від психологічної статі.

На IV етапі (2012–2013 рр.) проведено математичний аналіз та інтерпретація результатів. Розробленорекомендації щодо створення адекватних організаційно-педагогічних умов з фізичного виховання студентів залежно від ґендерних особливостей. Підготовлено дисертаційну роботу до апробації та офіційного захисту.

У третьому розділі **«Ціннісно-мотиваційне ставлення юнаків і дівчат до фізичного виховання»** проведено аналіз: мотиваційної сфери, рівня сформованості здатності до самоуправління, життєвих цінностей, сенсожиттєвих орієнтацій, ціннісних орієнтацій, ставлення студентів до фізичного виховання як до навчальної дисципліни.

Результати дослідження виявили, що саме мотиви є рушійною силою до заняття спортом. Їх основна відмінність у тому, що високих спортивних результатів хочуть домогтися 64 %, брати участь у змаганнях – 52 % спортсменів, і всього 14 % юнаків і 10–6,7 % дівчат II і IV курсів, які не займаються спортом. Від II до IV курсу бажання підвищувати фізичну підготовленість знижується на 10–15 %, натомість з’являється мета поліпшити статуру, нормалізувати масу тіла, активно проводити дозвілля.

Дослідження знань студентів у галузі фізичної культури і спорту свідчать, що у процесі занять практично не приділяється увага теоретичній підготовці (максимальний відсоток правильних відповідей – 63,6 % у спортсменок, найнижчий у юнаків-спортсменів – 58,4 %), у студентів немає чіткого уявлення про фізично культурну людину. У результаті, шкідливі звички мають близько 30 % студентів. Палять сигарети 15,0 % юнаків і 7,1 % дівчат, вживають спиртні напої 80,0 % юнаків і 92,0 % дівчат, причому спортсмени вживають алкоголь частіше і міцніший, ніж юнаки і дівчата, які не займаються спортом.

Аналіз результатів морфологічного тесту життєвих цінностей свідчить, що найбільшу кількість балів у студентів набирає така життєва цінність як «матеріальне становище» – 46–48 б. На II місці у юнаків опинилася цінність «досягнення», у дівчат – «духовне задоволення», на III – «духовне задоволення» у юнаків і «досягнення» у дівчат. У цілому, за групами юнаків і дівчат рейтинг цінностей збігається, але у спортсменів-юнаків переважають прагматичні цінності («матеріальне становище», «досягнення», «збереження індивідуальності»), що безпосередньо пов’язано з метою спорту. У дівчат-спортсменок прагматичні цінності поєднуються з духовно-моральними – «духовне задоволення», «саморозвиток».

Результати дослідження ставлення до предмета «Фізичне виховання» виявили, що дівчатам цей предмет подобається меншою мірою, ніж юнакам (рейтинг 2,04 проти 1,56) і за умови, що методика проведення занять і сам викладач їх влаштовує, вони категорично відмовляються займатися додатково в спортивній секції. Це свідчить про те, що не враховуються їхні психологічні особливості.

Аналіз етапів формування самоуправління своїми вчинками у студентів виявив певні особливості та лімітувальні фактори, що стримують прояв рухової й соціальної активності молоді (рис.1).

Рис.1 **Рівні сформованості етапів самоуправління у юнаків і дівчат II курсу**

Примітки: – юнаки, бали; – дівчата, бали.

За результатами дослідження, на I етапі формування здатності до самоуправління (аналіз суперечностей) виникають труднощі у з’ясуванні причини невдач та в уявленні об’єктивної моделі ситуацій. У дівчат це проявляється в 30 % випадків, у юнаків – у 12 %.

Відсутність сформованої здатності оцінювати якість своїх вчинків (44 % дівчат і 36 % юнаків) не дає можливості оцінити результативність своїх дій, знайти похибки та внести корекцію у свої вчинки для досягнення поставленої мети. За нашими спостереженнями відсоток юнаків, що можуть коригувати свої дії, – 20 %, а дівчат – 12 %.

Загальний бал здатності до самоуправління у юнаків і дівчат, які не займаються спортом, має середній рівень, але у юнаків він вищий і дорівнює 28,5 б, а у дівчат – 27,5 б. Систематичні заняття спортом сприяють розвитку всіх рівнів самоуправління, більшою мірою у дівчат-спортсменок – 29,48 б, у юнаків-спортсменів – 29,05 б.

Вивчення термінальних цінностей (цінності-цілі) у юнаків і дівчат за методикою М. Рокича свідчить про відмінність у їх ієрархії. Так, дівчата більше цінують любов і щасливе сімейне життя, а юнаки – наявність вірних друзів та активну діяльність. До числа пріоритетних інструментальних цінностей (засобів досягнення мети) у юнаків входять: вихованість, акуратність, життєрадісність і тверда воля; а у дівчат – вихованість, підвищення освіченості, відповідальність і самоконтроль. Спостерігається різна ієрархія ціннісних орієнтацій залежно від курсу навчання у ВНЗ і заняття спортом.

Ці відмінності підтверджуються результатами дослідження у тесті сенсожиттєвих орієнтацій при порівнянні виразності оцінки мети в житті, що у дівчат достовірно вища, ніж у юнаків (32,1±4,8 б проти 30,0±5,6 б при р<0,05), дівчата більше проявляють бажання до реалізації своїх ціннісних відносин у професійній діяльності на 2,9 % (р<0,05), у сім’ї – на 5 % (р<0,01), суспільній діяльності 2,5 % (р<0,05). Юнаки мають перевагу у реалізації своїх цінностей у фізичній активності 11,8 % (р<0,05). Визначено перевагу показника загальних життєвих орієнтацій у дівчат II і IV курсів, а також у дівчат, які займаються спортом, порівняно з юнаками, які не займаються спортом. У юнаків від II до IV курсу показник загальних життєвих орієнтацій знижується з 103,06 б до 101,17 б, а у дівчат – з 105,72 б до 104,33 б. Зниження загального балу пов’язано зі зниженням задоволеності процесом своєї діяльності та її результатом і побоюванням за досягнення своєї мети у майбутньому. Результати дослідження на спортсменах демонструють більш достовірні відмінності (98,2±13,3 б – юнаки і 106,9±15,9 б – дівчата, р<0,01).

У четвертому розділі **«Особливості впливу ґендерних характеристик на мотивацію до занять фізичними вправами»** представлено дані вивчення прояву рис психологічної статі у студентів у процесі навчання у ВНЗ, а також залежно від заняття спортом; значення фізичної привабливості для мотивації до занять фізичними вправами; факторний аналіз мотиваційних установок студентів; розроблено організаційно-педагогічні умови, що сприяють формуванню мотивації до занять фізичним вихованням студентів.

У нашому дослідженні переважна більшість студентів, як юнаків, так і дівчат, проявляють андрогінність. У процесі навчання у ВНЗ у юнаків андрогінія проявляється усе більшою мірою, з 90 % на ІІ курсі до 100 % – на ІV.

У юнаків-спортсменів визначено 84 % андрогінних і 16 % маскулінних типів.

У дівчат також переважають андрогінні психологічні типи і від ІІ до ІV курсу їх кількість збільшується з 68 % до 80 %, а прояв фемінінності знижується з 32 % до 20 %. У дівчат-спортсменок визначено 88% андрогінних типів і 12 % – фемінінних. Маскулінність у цього контингенту дівчат (105 осіб) не виявлено.

Збільшення андрогінних типів від ІІ до ІV курсу, імовірно, пов’язано з однаковими соціальними нормами, що існують у ВНЗ при навчанні студентів обох статей. Деякі відмінності можуть виявлятися в групі спортсменів у зв’язку з умовами тренування та виступами на змаганнях.

С. Бем також визнає, що концепція андрогінії далека від реального стану справ, оскільки перехід особистості до андрогінії вимагає змін не особистісних особливостей, а структури суспільних інститутів.

В.А. Порядіною і А.В. Морозовим (2007), було визначено, що андрогінні студенти є більш ефективними комунікаторами, вони екстравертовані, врівноважені, схильні до лідерства і достатньою мірою стресостійкі. Такими ж характеристиками володіють і маскулінні студенти.

Аналіз даних із вивчення рис психологічної статі проводився на груповому рівні. При вивченні маскулінних властивостей з’ясовано, що у юнаків ці якості проявляються в 35 % випадків, у юнаків-спортсменів – у 80 % випадків, у дівчат – у 10–15 %, а у спортсменок – у 50 %. Такий відсоток *маскулінних якостей* у спортсменів свідчить про те, що вони можуть бути основою мотивації до занять спортом у юнаків і дівчат.

Виявленими спільними маскулінними якостями у юнаків і дівчат, що позитивно впливають на мотивацію до занять спортом, є віра в себе, схильність до захисту своїх поглядів, наполегливість, сила, самодостатність, власна позиція, індивідуалізм, дух змагань, аналітичні здібності. Ґендерні особливості полягають у наявності тільки у юнаків таких маскулінних якостей: незалежність, атлетичність, сильна особистість, здатність до ризику, швидкість у прийнятті рішень, мужність, амбітність та честолюбство, а тільки у дівчат – здатність до лідерства.

Фемінінних якостей у всіх групах юнаків виявлено по 35–40 %. У дівчат фемінінні якості на II курсі спостерігаються у 80 %, на IV курсі – у 60 %, а у спортсменок – у 85 % випадків.

Андрогінні якості у дівчат та юнаків представлені приблизно в одному співвідношенні від 30 до 50 %, більшою мірою вони, як і всі інші якості, виявляються у спортсменів.

Значні відмінності всередині ґендерних груп проявляються залежно від заняття спортом. Спортсмени виділяють у себе в сумі 180–185 % ознак психологічних якостей, притаманних трьом стилям поведінки (із 300% можливих), а неспортсмени – тільки від 100 до 135%.

У ході дослідження виявлено від 40 до 80 % студентів, які займаються фізичними вправами з метою покращення своєї статури і нормалізації маси тіла.

Наявність факту незадоволеності своєю зовнішністю може бути внутрішньою потребою вжити яких-небудь дій для виправлення цієї ситуації. Якщо людина нічого не робить, то це може спричинити різні психологічні проблеми – від поганого настрою до зниження самооцінки і стійкої депресії. У студентському віці є всі умови для вибору найбільш оптимального способу корекції своєї зовнішності шляхом заняття фізичними вправами і дотримання факторів здорового способу життя.

Психологи вважають, що незначні розбіжності між реальними та ідеальними уявленнями про фізичну привабливість є для особистості в цілому корисними, оскільки стимулюють до розвитку, роботи над собою (заняття спортом, підтримка фізичної форми) (І.С. Кльоцина, 2009; А.А. Ігнатьєва, 2001; І.С. Кон, 2003). Надмірна заклопотаність власними зовнішніми даними (фігурою, ростом, станом шкіри тощо), що виражається у широкомасштабному прагненні жінок до використання дієт, схуднення, а у чоловіків – до нарощування м’язової маси, є вже негативним явищем.

За даними самооцінки своєї зовнішності, найнижчий бал собі поставили юнаки (7,36 б) і дівчата (7,66 б) II курсу. До IV курсу задоволеність своєю зовнішністю дещо збільшується і у юнаків (7,80 б), і у дівчат (8,23 б), а спортсмени задоволені нею на 8,08 б.

Найпроблемнішим показником зовнішності в усіх студентів є надмірна вага від 23,8 % у дівчат IV курсу до 48,0 % у дівчат-спортсменок. Ґендерні особливості проявляються у виборі способу корекції фігури. Юнаки поліпшення статури пов’язують із розвитком м’язового корсету, а дівчата – зі зниженням маси тіла.

Дуже важливим є виявлення причин, через які студенти хотіли б змінити свою зовнішність (табл. 1). Учені вказують, що незадоволеність власним тілом виникає у людини під впливом і особистісних особливостей (конформність, низька самооцінка тощо), і соціальної ситуації, при якій людина порівнює себе з якимсь сформованим (створеним) еталоном у суспільстві (О.А. Вороніна, 2006; Є.М. Зуйкова, Р.І. Русланова, 2007).

*Таблиця 1*

**Мета, з якою студенти хочуть змінити свою зовнішність**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Варіанти  відповідей | Юнаки | | | | | | Дівчата | | | | | |
| II курс  (n=50) | | IV курс  (n=30) | | спортсме-  ни (n=25) | | II курс  (n=50) | | IV курс  (n=30) | | спортсме-  ни (n=25) | |
| n | % | n | % | n | % | n | % | n | % | n | % |
| Подобатися всім  оточуючим | 12 | 24,0 | 6 | 20,0 | 9 | 36,0 | 5 | 10,0 | 4 | 13,3 | 6 | 24,0 |
| Самоствердитися | 23 | 46,0 | 12 | 40,0 | 11 | 44,0 | 12 | 24,0 | 11 | 36,7 | 9 | 36,0 |
| Подобатися собі | 25 | 50,0 | 14 | 46,7 | 15 | 60,0 | 43 | 86,0 | 22 | 73,3 | 18 | 72,0 |
| Подобатися особам  іншої статі | 15 | 30,0 | 6 | 20,0 | 9 | 36,0 | 1 | 2,0 | 2 | 6,7 | 13 | 52,0 |
| Для контакту  з людьми | 1 | 2,0 | 0 | 0,0 | 0 | 0,0 | 1 | 2,0 | 0 | 0,0 | 1 | 4,0 |
| Престижна посада | 1 | 2,0 | 1 | 3,3 | 0 | 0,0 | 1 | 2,0 | 0 | 0,0 | 1 | 4,0 |
| Інше | 0 | 0,0 | 3 | 10,0 | 0 | 0,0 | 0 | 0,0 | 0 | 0,0 | 0 | 0,0 |

Проведений факторний аналіз дозволив виділити найбільш інформативні ґендерні показники мотиваційних установок студентів. Заняття спортом впливають на відсотковий внесок та на ієрархію факторів. I місце посів фактор, що характеризує життєві цінності з найбільшою важливістю у спортсменів (дівчата – 35,3 %, юнаки – 31,4 %). У дівчат, які не займаються спортом, важливість цього фактора складає 27,7 %, у юнаків – 33,3 %.

II фактор – самооцінка зовнішності є найвагомішим для дівчат – 28,2 % (з показниками: фігури, обличчя, талії, ніг), у спортсменок – 23,5%. У юнаків внесок фактора склав 13,4 %, у спортсменів – 21,4 %.

III фактор виділив тест «сенсожиттєвих орієнтацій». У юнаків його внесок 17,3 %, у спортсменів – 8,1 %, у дівчат – 15,9 %, у спортсменок – 15,6 %.

IV фактор – «здатність до самоуправління» більшою мірою представлений у

юнаків-спортсменів (23,0 %), а меншою – у дівчат-спортсменок – 15,4, %. У юнаків, які не займаються спортом, він склав – 27,3 %, у дівчат – 17,7 %.

V фактор – ставлення до предмета «Фізичне виховання». До нього входять показники теоретичних знань та організації процесу фізичного виховання.

Проведені дослідження ґендерних особливостей особистісних характеристик студентів, які займаються і не займаються спортом, дозволяють виділити найбільш значущі ціннісно-орієнтаційні якості, що відрізняють групи юнаків і дівчат саме за соціальними умовами, які пов’язані з систематичними, цілеспрямованими заняттями

фізичними вправами у вільний час. Студенти, які займаються спортом, мали переважно масові (ІІ-й і І-й) розряди і не відрізнялися високим рівнем спортивної кваліфікації. Більшість дівчат-спортсменок мали кваліфікацію від першого розряду до майстра спорту.

Результати дослідження свідчать про деякі переваги у прояві окремих особистісних якостей спортсменів. Одні характеристики мають тенденцію до збільшення за кількісною оцінкою, але не мають достовірних відмінностей, наприклад, ставлення до дисципліни «Фізичне виховання», яке має рейтинг вище у спортсменів (2,23 проти 2,28 у юнаків та 2,26 і 2,43 у дівчат), загальна здатність до самоуправління у юнаків, спрямованість на досягнення у юнаків, спрямованість на реалізацію своїх здібностей у професійній діяльності. Водночас зафіксовано психологічні орієнтації, що мають достовірні відмінності та рівні значущості р<0,05 і р<0,001. У юнаків-спортсменів виявлено: здатність до аналізу протиріч, критерії оцінки якості, корекція; спрямованість на життєві цінності: саморозвиток, престиж, збереження індивідуальності та їх реалізація у фізичній активності; більш висока задоволеність своєю зовнішністю; високий відсоток маскулінних, фемінінних і андрогінних якостей психологічного типу.

У дівчат-спортсменок достовірні відмінності у бік переважання показників, у порівнянні з тими, хто не займається спортом, відзначаються у загальній здатності до самоуправління, в аналізі суперечностей (р<0,05), критеріїв оцінки якості (р<0,001), корекції (р<0,01); життєвих цінностях: саморозвиток, престиж, досягнення (р<0,05), реалізація себе у фізичній активності (р<0,001), у більш високій оцінці своєї зовнішності (р<0,05) й переважанні маскулінних властивостей психологічної статі (р<0,01).

Ці показники свідчать про позитивний вплив систематичних занять фізичними вправами на формування ціннісних орієнтацій студентів і психологічних установок й визначають стимулювальні фактори, що впливають на формування мотивації до занять фізичними вправами і є ґендерними особливостями, пов’язаними з психологічною статтю, соціальними та культурними аспектами особистості (табл.2).

*Таблиця 2*

**Фактори, що стимулюють мотивацію до занять фізичним вихованням**

|  |  |
| --- | --- |
| **Юнаки** | **Дівчата** |
| захоплення обраною діяльністю | захоплення обраною діяльністю |
| ціннісні орієнтації | досягнення цілі |
| загальна здатність до самоуправління | загальна здатність до самоуправління |
| здатність до планування своїх дій | прогнозування своїх дій |
| прагнення до самовираження | реалізація особистого престижу |
| спрямованість на розвиток силових якостей | зацікавленість певними видами фізичних вправ |
| зважене прийняття рішення | самоконтроль |
| самоконтроль | особистість викладача |
| корекція своїх дій | індивідуальний підхід |
| індивідуальні програми з корекції будови тіла | спрямованість на корекцію своєї зовнішності |
| задоволення від самореалізації | методи заохочення |
|  | застосування помірних фізичних навантажень на заняттях |
|  | збільшення соціальних контактів |

Визначено лімітувальні фактори, що є менш розвинутими, ніж стимулювальні, але також впливають на формування мотивації до занять фізичними вправами й потребують урахування при організації цих занять (табл. 3).

*Таблиця 3*

**Фактори, що обмежують мотивацію до занять фізичним вихованням**

|  |  |
| --- | --- |
| **Юнаки** | **Дівчата** |
| недостатня спрямованість на саморозвиток | низький рівень прагнення до саморозвитку |
| низька здатність до прогнозування своїх дій | низький рівень здатності планувати свої дії |
| низька здатність до корекції своїх вчинків | неадекватність самооцінки |
| низька здатність до самоконтролю і виявлення критеріїв оцінки якості | відчуття невпевненості у собі |
| швидке прийняття рішення | низький рівень теоретичних знань |
| низький рівень теоретичних знань | невпевненість, сумніви у правильності прийнятих рішень та корекції своїх дій |
| низький рівень прояву маскулінних якостей (незалежності, наполегливості тощо) | при корекції своєї зовнішності орієнтація на особисту думку, а не на існуючі норми |
|  | переважання андрогінних якостей |
|  | низький рівень прояву маскулінних якостей у дівчат-спортсменок (віра в себе тощо) |

Вивчення особистісно-мотиваційної сфери студентів дозволило виділити зовнішні та внутрішні фактори, що впливають на ставлення до фізичного виховання та спорту юнаків і дівчат. Знання цих факторів дозволило визначити рекомендації щодо врахування ґендерних особливостей при організації процесу фізичного виховання у створенні викладачем адекватних умов для більш успішного формування мотивації до занять.

До науково-методичних умовналежить: засвоєння самим викладачем принципу ґендерного підходу до освіти; оволодіння системою методичних уявлень та практичних навичок, за допомогою яких гендерний підхід можливо застосовувати у навчальному процесі; вибір фізичних вправ, що викликають інтерес у студентів; дозування фізичних навантажень; надання теоретичних знань про здоровий спосіб життя; застосування методів заохочення; особливості контролю за фізичною підготовленістю; оцінка з предмету; навчально-матеріальних: спортивні зали повинні бути обладнані з урахуванням статево-специфічних потреб, мають бути створені сучасні комфортні умови життєдіяльності та рівного доступу до занять руховою активністю студентам обох статей (вага і розміри інвентарю, обладнання, створення санітарно-гігієнічних умов, наявність відповідних роздягалень та душових кімнат тощо); морально-психологічні: залучення до роботи педагогів з широкими поглядами та ґендерною толерантністю, які гармонійно поєднують у собі маскулінні та фемінінні якості; участь у навчально-виховному процесі викладачів чоловіків та жінок; організаційно-педагогічні: партнерська взаємодія та участь усіх суб’єктів освітнього процесу педагогів і студентів, складання плану-календаря спортивно-масової роботи, що викликає цікавість у студентів; комплектування груп за інтересами до видів спорту; підвищення престижу бути здоровим та дисципліни «Фізичне виховання» у ВНЗ; наявність успішних збірних команд з видів спорту та галереї видатних спортсменів, які навчаються; системне використання ґендерного підходу протягом усіх років навчання у ВНЗ; урахування статево-вікових закономірностей формування організму юнаків і дівчат, їх фізичних можливостей; урахування ціннісних орієнтацій, потреб, мотивів та інтересів, характеристик психологічної статі студентів; спрямованість на формування позитивної мотивації до занять та самовдосконалення свого організму і особистості; обов’язкова теоретична підготовка в області цінностей індивідуальної фізичної культури, норм рухової активності, контролю та самоконтролю на заняттях з фізичного виховання.

Заняття фізичними вправами є специфічною діяльністю людини, що вимагає прояву певних особистісних якостей, таких як: цілеспрямованість, наполегливість, рефлексія, спрямованість на самовдосконалення, самоуправління, здатність до планування, самоконтроль, корекція своїх дій, адекватна самооцінка, що однаково притаманні і чоловікам, і жінкам, які займаються спортом. Багато з цих якостей психологи зараховують до маскулінних характеристик психологічної статі. Прояв цих рис у жіночого контингенту, як з’ясовано у нашому дослідженні, не знижує присутності фемінінних якостей у студенток, які займаються спортом, а дозволяє виділити модельні характеристики ґендерних особливостей, що лежать в основі мотивації до систематичних занять спеціально організованою руховою активністю.

Відмінності у мотивах занять фізичними вправами юнаків та дівчат мають визначати спрямованість занять з фізичного виховання. У юнаків головним мотивом є підвищення фізичної підготовленості, а у дівчат – поліпшення гармонійності статури. Таким чином, для юнаків заняття повинні носити більшою мірою розвивальну (кондиційну) спрямованість, а для дівчат – оздоровчу.

За результатами дослідження дівчата, більше, ніж юнаки, звертають увагу на особистість викладача. При доброзичливих стосунках з викладачем вони схильні до виконання тих вправ, що пропонуються на занятті. Юнаки більш критичні у відносинах з викладачем фізичного виховання і менш схильні до виконання вправ, що не викликають у них інтерес.

Відповідно до проведених досліджень, юнакам більше подобається виконувати на занятті швидкісно-силові вправи, силові, а потім – на координацію, швидкісні, на витривалість. Дівчатам більше подобаються вправи на гнучкість, на рівновагу, на координацію і тільки потім – швидкісні та на витривалість.

Ці пріоритети повинні визначати не тільки зміст занять, а й відповідне фізичне навантаження: у юнаків вище за інтенсивністю, а у дівчат – за обсягом.

Прояв активності на заняттях із фізичного виховання пов’язаний не тільки з виконанням фізичних вправ на самому занятті, але й з систематичністю їх відвідування, що пов’язано з тими стимулами, які використовує викладач. До них можна віднести: використання методів заохочення і покарання, контроль і виставлення оцінки.

Згідно з нашими дослідженнями, при проведенні занять з дівчатами, більш ефективними є методи заохочення і вербальна оцінка їх досягнень на занятті.

Найбільш ефективним стимулом до систематичних занять фізичними вправами у юнаків є облік приросту їх досягнень у рухових тестах, виражений точною кількісною оцінкою (кг, см, с). Дівчатам менше подобається виконувати рухові тести. Для них стимулом є вимірювальні процедури обхоплювальних і зросто-вагових параметрів.

У зв’язку з тим, що у студентів основна спрямованість занять з фізичного виховання оздоровча, то на початку і наприкінці навчального року необхідно робити діагностику фізичного стану за реєстрацією ЧСС, артеріального тиску як у спокої, так і після дозованих стандартних навантажень, а також використовувати інші доступні методи діагностики резервів серцево-судинної системи.

Здійснення навчально-виховного процесу з фізичного виховання вимагає не тільки особистісно-орієнтованого навчання, а й індивідуального підходу у спілкуванні і вихованні тих, хто займається.

Проведені дослідження дозволяють зробити висновок, що залучення до занять фізичними вправами, що приносять задоволення, мають позитивний кондиційний та оздоровчий ефект для молоді, базується не тільки на знанні методичних принципів побудови занять з фізичного виховання відповідно до біологічної статі, а й на врахуванні ґендерних особливостей формування мотивації до цих занять.

У п’ятому розділі **«Аналіз та обговорення результатів дослідження»** проведено порівняння отриманих результатів із наявними в літературі. Представлено три групи даних, отриманих у ході дослідження. *Підтверджено* дані:

– Г.В. Безверхньої (2004), О.Ю. Марченко (2011), Т.Ю. Круцевич (2010), Є.О. Федоренко (2011), Є.П. Ільїна (2008) про відмінність інтересів і мотивів занять фізичними вправами юнаків та дівчат; про ставлення їх до організації процесу фізичного виховання;

– О.А. Томенка (2012), О.Ю. Марченко (2011) про низький рівень теоретичних знань студентів у галузі фізичного виховання;

– Г.В. Безверхньої, Г.І. Гончар (2012), О.Ю. Марченко (2011), Т.Ю. Круцевич (2011) про структуру видів зайнятості студентів у вільний час;

– К. Хорні (1993), Є.П. Ільїна (2008), О.А. Мруг (2009), О.Ю. Марченко (2012) про особливості ієрархії ціннісних орієнтацій чоловіків і жінок.

*Доповнено та розширено* результати досліджень інших вчених інформацією щодо:

* уявлення про вплив соціальних умов на прояв маскулінності, фемінінності й андрогінності на підставі факту збільшення відсотка студентів з андрогінними властивостями від перших курсів до останніх, що свідчить про їх більшу адаптованість до умов навчання у ВНЗ;
* уявлення про ґендерні особливості захоплень юнаків і дівчат, які займаються

і не займаються спортом, та про динаміку сенсожиттєвих орієнтацій студентів залежно від року навчання у ВНЗ.

*Новими даними є* виявлені фактори, що впливають на формування мотивації до занять фізичною активністю юнаків і дівчат, гендерні особливості здатності до самоуправління, позитивний вплив систематичних занять спортом на сформованість етапів самоуправління, вплив маскулінних якостей у жінок на мотивацію до занять спортом, а також значення зовнішності для юнаків і дівчат як фактора мотивації до занять фізичними вправами.

**ВИСНОВКИ**

1. Аналіз сучасних підходів до усунення недоліків в організації процесу фізичного виховання студентської молоді свідчить про пріоритети у дослідженнях рухової активності, ЗСЖ, духовного здоров’я ізольовано від особистісних якостей молодої людини, її мотивів, ціннісних орієнтацій, ґендерних особливостей соціалізації та соціально-психологічної адаптації до умов навчального процесу у ВНЗ і його складової – фізичного виховання. Неоднозначність рекомендацій з ґендерного підходу в освіті підвищує актуальність досліджень для з’ясування ролі факторів біологічної статі та ґендеру при організації такого специфічного процесу, яким є фізичне виховання, ефективність якого залежить від мотивації студентів до занять і від адекватності (відповідності) методики проведення занять особливостям жіночого і чоловічого організму.

2. Аналіз мотивів занять спортом у юнаків і дівчат, які навчаються у ВНЗ, свідчить про їх відмінності, у яких виявляються ґендерні ознаки. У юнаків мотиви і цільові установки, більшою мірою, спрямовані на розвиток фізичних якостей, що відповідає підвищеному інтересу до силових видів спорту, а у дівчат переважає спрямованість на свою зовнішність, що призводить до вибору переважно жіночих видів – аеробіки та танців.

Однак у деяких дівчат спостерігається бажання самоствердитися і захистити себе за допомогою занять спортом (20–30 %), що пов’язано з інтересом до видів східних єдиноборств (12 %). Із припиненням обов’язкових занять з фізичного виховання після II курсу у ВНЗ, інтерес до видів фізичної активності у дівчат знижується, про що свідчить неможливість 54% студенток IV курсу визначитися із видом спорту, який їм подобається.

3. Визначено ієрархію ціннісних орієнтацій студентів, на яку впливають як статево-рольове виховання у дитячому віці, так і соціокультурні чинники.

При спільності пріоритетів таких цінностей, як: «здоров’я», «наявність гарних і вірних друзів», «любов», «активна життєдіяльність» у юнаків та дівчат відзначається їх різна ієрархія. Так, дівчата більше цінують любов і щасливе сімейне життя, а юнаки – наявність вірних друзів та активну життєдіяльність.

Ціннісні орієнтації способів досягнення мети у дівчат спрямовані на підвищення освіченості, відповідальності та самоконтролю, у юнаків – на підвищення акуратності, життєрадісності та твердої волі. Ці відмінності підтверджуються у тесті сенсожиттєвих орієнтацій при порівнянні виразності оцінки мети у житті, що у дівчат достовірно вища, ніж у юнаків (32,1±4,8 б проти 30,0±5,6 б, при р<0,05), дівчата дещо більше виявляють бажання до реалізації своїх ціннісних відносин у професійній діяльності на 2,9 % (р<0,05), сім’ї – на 5 % (р<0,01), громадській діяльності – на 2,5 % (р<0,05). Юнаки мають перевагу у реалізації своїх цінностей у фізичній активності – 11,8 % (р<0,05).

4. Здатність до самоуправління полягає в основі побудови смислової програми поведінки при здійсненні діяльності людини, у тому числі й фізичної активності. Аналіз етапів формування самоуправління своїми вчинками у студентів виявив певні особливості та фактори, що лімітують прояв і рухової, і соціальної активності.

На I етапі формування здатності до самоуправління виникають труднощі в аналізі суперечностей, у з’ясуванні причини невдач та об’єктивної моделі ситуації. 30 % дівчат не можуть відповісти на ці питання, серед юнаків – 12 %. Бажання будувати прогнози досить велике, як у дівчат (46 %), так і у юнаків (40 %), але в цьому прогнозі меншою мірою представлена реальність подій, ніж очікування сприятливішого майбутнього, тому що на попередньому етапі не було виділено помилок, лімітувальних факторів, які необхідно враховувати при плануванні.

Відсутність сформованості здатності оцінювати якість своїх вчинків (44 % дівчат і 36 % юнаків) не дає можливості оцінити результативність своїх дій, знайти похибки і внести корекцію до своїх вчинків для досягнення поставленої мети. Можуть коригувати свої дії 20 % юнаків і 12 % дівчат.

5. Суб’єктивне сприйняття виразності рис психологічної статі у студентів свідчить, що більшість осіб як чоловічої, так і жіночої статі виявляють андрогінність, що під час навчання у ВНЗ проявляється все більше. Так, на II курсі юнаків андрогінного типу налічувалося 90 %, дівчат – 68 %, до IV курсу їх кількість збільшилася до 100 % у юнаків і до 80 % – у дівчат. На II курсі у юнаків зазначалося 6 % фемінінних і 4 % маскулінних типів. У дівчат кількість фемінінних типів від II до IV курсу знизилася з 32 % до 20 %. У юнаків-студентів, що займаються спортом, виділено 84 % андрогінних і 16 % маскулінних типів, у дівчат – 88 % андрогінних і 12 % фемінінних психологічних типів.

6. Аналіз прояву властивостей маскулінності свідчить, що на груповому рівні у юнаків, як на II, так і на IV курсі, ці якості проявляються у 35 % випадків, а у юнаків-спортсменів – у 80 %. У дівчат, незалежно від року навчання, – у 10–15 %, а у спортсменок – у 50 % випадків, що не знижує їх фемінінних якостей, що проявляються у 85 % випадків.

Існують деякі особливості маскулінних характеристик у студентів-юнаків від II до IV курсу, прояв яких, імовірно, пов’язаний із соціальними умовами, у тому числі і з навчанням у ВНЗ.

7. З’ясована наявність факту незадоволеності своєю зовнішністю у студентів, що може слугувати внутрішнім збудником мотивації до її корекції засобами фізичного виховання.

Найнижчий бал оцінки (з 10 можливих балів) своєї зовнішності поставили юнаки (7,36 б) і дівчата (7,66 б) II курсу. До IV курсу задоволеність своєю зовнішністю підвищується у юнаків до 7,80 б, у дівчат – до 8,23 б. Спортсмени задоволені своїм зовнішнім виглядом на 8,08 б.

У виборі способів корекції фігури досить чітко простежуються ґендерні особливості. У дівчат вони спрямовані на зниження маси тіла, юнаки схильні до поліпшення статури за рахунок розвитку м’язового корсету з використанням спеціальних комплексів силового тренування.

8. Для виявлення інформативності отриманих показників за всіма застосованими методиками та їх значущості у структурі мотивації студентів, що займаються спортом, був проведений факторний аналіз. У результаті було виявлено 10 значущих факторів, внесок яких був від 73,8 % до 78,4 % у студентів, які не займаються спортом, і 87,0 % – у спортсменів.

Для формування мотиваційних установок студентів найбільш важливими є: «життєві цінності» (від 20 до 30 %), «самооцінка зовнішності» (від 10 до 19 %), «сенсожиттєві орієнтації» (від 7 до 13 %), «здатність до самоуправління» (від 3 до 10 %), «ставлення до фізичного виховання» (від 3 до 5 %). Ґендерні особливості проявляються як у загальній вагомості факторів у юнаків та дівчат, так і у їх структурній ієрархії. Відмінності проявляються також у осіб однієї статі залежно від того, займаються чи не займаються вони спортом, що дозволяє орієнтуватися на них при створенні умов щодо їх формування у навчальному процесі з фізичного виховання.

9. Визначено позитивний вплив соціальних умов, якими є заняття спортом студентів, на сформованість загальної здатності до самоуправління та окремих його фаз. Так, сформованість етапу цілепокладання рівня вище середнього та високого мають 40 % дівчат-спортсменок, а серед дівчат, які не займаються спортом, – 28 %; планування – 20 % і 10 % відповідно; критерію оцінки якості – 40 % і 2 % відповідно; ухвалення рішення – 40 % і 30 %, корекції – 24 % і 12 %. Також відзначається більш висока оцінка у спортсменок загального показника сенсожиттєвих орієнтацій (106,90 б і 104,30 б відповідно) за рахунок емоційно насиченого життя (32,92±5,89 б), результативності життя, що доповнюється успіхами у спорті, тобто самореалізацією (27,16±3,84 б); локусу контролю – Я, тобто уявленням себе сильною особистістю (21,80±4,00 б); локусу контролю – життя або керованість життям (32,12±5,88 б). Вищу оцінку мають такі життєві цінності, як: саморозвиток, духовне задоволення, креативність, престиж, досягнення, матеріальне становище, збереження індивідуальності, реалізація яких пов’язана переважно з професійною діяльністю та фізичною активністю.

10. Результати дослідження дозволили виявити значущість ґендерних особливостей юнаків і дівчат при формуванні мотивації до занять фізичними вправами, в основі яких лежать ціннісні орієнтації, здатність до самоуправління, психологічні якості статі.

На підставі виділених як домінантних психологічних властивостей особистості було визначено стимулювальні фактори, що сприяють формуванню мотивації до спеціально організованих занять фізичною активністю юнаків і дівчат, а також лімітувальні психологічні риси, прояв яких необхідно враховувати у навчально-виховному процесі.

При організації занять з фізичного виховання необхідно враховувати статевий диморфізм, який обумовлює визначення доступності фізичних навантажень, рухового режиму та включає спрямованість фізичних вправ, об’єм, інтенсивність, варіанти відпочинку тощо.

Адекватні умови фізичного виховання студентів можуть бути створені тільки при врахуванні як ґендерних, так і біологічних особливостей організму осіб чоловічої і жіночої статі.

Розроблено рекомендації щодо урахування ґендерних особливостей юнаків і дівчат при формуванні мотиваційних установок, спрямованих на систематичні заняття фізичними вправами як у навчальний, так і у позанавчальний час з оздоровчою і кондиційною спрямованістю, які можна використовувати при організації процесу фізичного виховання студентів незалежно від профілю професійної підготовки.

Перспективою подальших досліджень є вивчення зовнішніх і внутрішніх факторів, що впливають на ґендерні особливості формування мотивації до рухової активності осіб зрілого віку.

**СПИСОК ПРАЦЬ, опублікованих за темою дисертації**

***Наукові праці, у яких опубліковано основні наукові результати:***

1. Биличенко Е.А. Анализ мотивации к занятиям и ее использование для повышения эффективности занятий по физическому воспитанию со студентками / Е.А. Биличенко // Физическое воспитание студентов. – 2010. – № 4. – С. 12–15.

2. Біліченко О.О. Особливості мотивації до занять з фізичного виховання у студентів / О.О. Біліченко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2011. – № 5. – С. 3–6.

3. Біліченко О.О. Ґендерні особливості формування інтересу до фізичного виховання у студентів / О.О. Біліченко // Спортивний вісник Придніпров’я. – 2011. – № 1. – С. 48–51.

4. Круцевич Т.Ю. Половой диморфизм и гендерная политика в вопросах физического воспитания и спорта / Т.Ю. Круцевич, Е.А. Биличенко // Спортивна медицина. – К.: НУФВСУ, УАН. – 2011. – № 1 – 2/2011. – С. 23–28. *(Особистий внесок здобувача полягає у здійсненні дослідження, обробці й інтерпретації отриманих даних).*

5. Круцевич Т.Ю. Гендерные особенности проявления черт психологического пола у занимающихся и не занимающихся спортом студентов / Т.Ю. Круцевич, Е.А. Биличенко // Теория и методика физической культуры. – Казахстан. – 2012. – № 4. – С. 16–25. *Видання включено до ВАК МОН Республіки Казахстан. (Особистий внесок здобувача полягає у зборі інформації, обробці й інтерпретації отриманих результатів).*

6. Круцевич Т. Отношение юношей и девушек к занятиям по физическому воспитанию в ВУЗе / Т. Круцевич, Е. Биличенко // Спортивний вісник Придніпров’я. – 2012. – № 1. – С. 114–119. *(Особистий внесок здобувача полягає в організації дослідження, математичній обробці отриманих даних, аналізі й інтерпретації матеріалу).*

7. Круцевич Т. Гендерные особенности юношей и девушек, занимающихся и не занимающихся спортом / Т. Круцевич, О. Марченко, Е. Биличенко, Т. Имас // Спортивний вісник Придніпров’я. – 2012. – № 2. – С. 14–16. *(Особистий внесок здобувача полягає у здійсненні дослідження, обробці й інтерпретації отриманих даних).*

8. Биличенко Е.А. Гендерные аспекты личностно-мотивационной сферы студентов к занятиям физическим воспитанием и спортом / Е.А. Биличенко // Физическое воспитание студентов. – 2013. – № 6. – С. 8–15. *(Видання включено до міжнародних наукометричних баз: Academic Journals Database, Core, Cabi (Cab Direct), DOAJ (Directory of Open Access Journals), Index Copernicus, Google Scholar, PNB, World Cat, Ulrich’s Periodicals Directory, Російська електронна бібліотека (РІНЦ).*

***Опубліковані праці апробаційного характеру:***

9. Біліченко О.О. Порівняльний аналіз фізіологічних показників тренованості у студенів перших курсів / О.О. Біліченко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2009. – № 9. – С. 15– 18.

10. Біліченко О.О. Функціональний стан серцево-судинної системи дівчат-студенток 18–19 років / О.О. Біліченко // Вісник державного педагогічного університету. Серія пед. науки. Фізичне виховання та спорт : зб. у 2-х т. – Чернігів: ЧДПУ. – 2008. – № 55. – Т. 2. – С. 26–28.

**АНОТАЦІЇ**

**Біліченко О.О. Гендерні особливості формування мотивації до занять фізичним вихованням у студентів.** – На правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. – Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту, Міністерство освіти і науки України, Дніпропетровськ, 2014.

У дисертації висвітлено питання, що стосуються удосконалення організаційно-педагогічних умов фізичного виховання студентів, а також підвищення успіху формування мотивації студентів до занять фізичним вихованням. Уперше досліджено потребо-мотиваційну сферу студентів різних курсів (юнаків і дівчат одночасно) та спортсменів (юнаків і дівчат) до занять з фізичного виховання і спорту й виявлено *ґендерні відмінності* інтересів до видів спорту, мотивів занять фізичними вправами, ціннісних орієнтацій, ставлення до особистості викладача в юнаків і дівчат та ін.

На підставі комплексних досліджень мотивації юнаків і дівчат 18–23 років та факторного аналізу визначено зовнішні та внутрішні фактори, що обумовлюють створення викладачем відповідних методичних умов для формування мотивації до занять фізичними вправами на підставі ґендерного підходу. Вивчено ґендерні (психологічні та соціальні) особливості (сенсожиттєві орієнтації, здатність до самоуправління, прояв психологічних рис статі) юнаків і дівчат залежно від курсу навчання та заняття спортом, що дозволяє орієнтуватися на них при створенні умов щодо їх формування у навчальному процесі з фізичного виховання. Виявлено позитивний вплив маскулінних якостей у дівчат на мотивацію до занять спортом. З’ясовано значення зовнішності для юнаків і дівчат як потужного фактора мотивації до занять фізичними вправами, а також ґендерні особливості ії корекції у юнаків і дівчат.

Розроблено і представлено рекомендації для викладачів з організації навчально-виховного процесу з фізичного виховання у ВНЗ з метою успішнішого формування мотивації студентів до занять фізичними вправами у навчальний та позанавчальний час на підставі ґендерного підходу.

**Ключові слова:** дівчата, юнаки, студенти ВНЗ, мотивація, фізичне виховання, ґендерні особливості.

**Биличенко Е.А. Гендерные особенности формирования мотивации к занятиям физическим воспитанием у студентов. –** На правах рукописи.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата наук по физическому воспитанию и спорту по специальности: 24.00.02 – физическая культура, физическое воспитание разных групп населения. – Днепропетровский государственный институт физической культуры и спорта, Министерство образования и науки Украины, Днепропетровск, 2014.

В диссертации освещены вопросы, касающиеся усовершенствования преподавания предмета «Физическое воспитание» студентов ВУЗов.

Цель работы – изучить гендерные особенности проявления мотивации к занятиям физической культурой и спортом у юношей и девушек, которые обучаются в ВУЗе, и разработать рекомендации для создания соответствующих условий в процессе физического воспитания для формирования интереса к занятиям двигательной активностью студентов, как в учебное, так и во внеучебное время.

В основе методологии данного исследования лежит гендерный подход. Выявление мужской и женской специфики основано на исследовании студентов женского и мужского пола в равном количестве, все результаты стратифицированы по половому признаку и по занятию спортом.

Выявлены важные факторы, которые влияют на формирование мотивации к занятиям физической активностью студентов, к которым относятся: жизненные ценности, оценка внешности, смысложизненные ориентации, способность к самоуправлению, организационные основы физического воспитания в ВУЗе, которые имеют разную иерархию в приоритетах юношей и девушек и разную содержательную структуру.

Определены гендерные особенности способности студентов к самоуправлению, проявляющиеся в отличиях сформированности ее этапов, которые включают анализ, прогнозирование, целеполагание, планирование, самоконтроль, коррекцию, влияющие на проявление двигательной и социальной активности юношей и девушек.

Установлено значение оценки внешности для юношей и девушек и целевые установки по ее коррекции, что дает основания для направленных педагогических воздействий как воспитательного характера по формированию ценностных ориентаций у девушек, так и методического воздействия, связанного с содержанием способов, методов и направленностью занятий физическими упражнениями.

Выявлено положительное влияние социальных условий, которыми являются занятия спортом студентов, на сформированность общей «способности к самоуправлению» и отдельных ее фаз, «смысложизненных ориентаций», а также «жизненных ценностей»: саморазвитие, духовное удовлетворение, престиж, достижения, сохранение индивидуальности реализация которых, в большей мере, связана с профессиональной деятельностью и физической активностью.

Определены гендерные особенности признаков психологического пола у студенток, занимающихся спортом, проявляющиеся в наличии 50 % маскулинных признаков, которые могут служить мотивационной основой к занятию спортом.

На основании полученных результатов разработаны рекомендации для преподавателей по организации учебно-воспитательного процесса по физическому воспитанию в ВУЗе для более успешного формирования мотивации студентов к занятиям физическими упражнениями в учебное и внеучебное время. Результаты исследования о взаимосвязи занятий спортом и психологического типа юношей и девушек могут быть использованы тренерами как ориентир при выборе видов спорта к занятию.

**Ключевые слова:** девушки, юноши, студенты вуза, мотивация, физическое воспитание, гендерные особенности.

**Bilichenko O.O.** **Gender peculiarities of motivation forming in physical training exercise among students.** – On the rights of manuscript.

The Dissertation for a scientific degree of Candidate of Sciences in Physical Education and Sport on specialty 24.00.02 – Physical culture, physical education of different population groups. – Dnipropetrovsk State Institute of Physical Culture and Sport, Ministry of Education and Science of Ukraine, Dnipropetrovsk, 2014.

The thesis highlighted issues related to the improvement of organizational and pedagogical conditions of physical education of students, and promoting success in developing of extracurricular students motivation in physical training. For the first time we studied the need-motivational sphere of students of different years of study (both male and female) and athletes (male and female) to physical education classes and sports exercise, that proved that there are gender differences in students’ interests to sports and physical education, in exercise motivation, attitude to the teacher personality by young people, etc.

Taking into account complex investigation on motivation and factor analysis of 18–23-year-old males and females inner and outer factors influencing motives, aims, students’ needs are determined helping the creation of appropriate methodological conditions by the teacher while organizing a physical training process on the basis of gender approach. Gender peculiarities (valuable orientation, life-sensing orientation, self-control capacity, psychological gender features) depending on the years of study and sports engagement, greatly influencing the formation of motivation are determined, which allow to focus on them while creating the conditions for their development during the educational process on physical education. Positive influence of masculine features among girls on going in for sport motivation is found out. The appearance of young males and females as a powerful factor of motivation in doing physical exercises is determined.

The paper developed and presented recommendations for physical education university teachers for organizational and pedagogical condition improving aiming at the purpose of more successful formation of students' motivation to exercise in academic and extracurricular time on the basis of gender approach.

**Key words:** young males, females, motivation, physical education, gender peculiarities.