

SPORTO MOKSLO METODOLOGIJA METHODOLOGY OF SPORT SCIENCE

Studentų fizinio aktyvumo motyvacijos kūno kultūros pratybose ypatumai lyties ir studijų universitete svarbos aspektu

Jurgita Čepelionienė^{1, 2}, doc. dr. Vida Ivaškienė¹

Lietuvos sporto universitetas¹, Mykolo Romerio universitetas²

Santrauka

Dabar Lietuvos aukštosiose mokyklose kūno kultūra yra savo noru pasirenkamas dalykas. Aukštosios mokyklos pagal savo reikmes, sugebėjimus ir darbo sąlygas bei požiūrį į tuos dalykus pasirenka ir darbo modelius, apimtis. Pastaraisiais metais pastebima tendencija siaurinti kūno kultūros apimtį, neatsiranda vietos šiai disciplinai mokymo planuose ir studijų programose, nors daugelyje pasaulio šalių konstatuojamos studentų fizinės būklės, sveikatos blogėjimo tendencijos. Siekiant didinti studentų fizinį aktyvumą laisvalaikio, pirmo kurso studentų kūno kultūros pratybų turinys turėtų būti skirtas ne tik fizinėms galioms lavinti ir funkciniam organizmo pajėgumui gerinti, bet ir didinti motyvaciją aktyviau gyventi.

Mūsų tyrimo tikslas – nustatyti pirmo kurso studentų fizinio aktyvumo motyvacijos kūno kultūros pratybose ypatumus lyties ir studijų universitete svarbos aspektu. Imties turį sudarė reprezentatyvi studentų grupė, parinkta patogiosios atrankos būdu iš penkių Vilniaus ir Kauno aukštųjų universitetinių mokyklų. Iš viso buvo apklausti 1022 respondentai, bet išanalizavus pateiktus atsakymus nustatyta, kad 19 anketų sugadintos ir / arba atmetinai užpildytos. I tyrimui naudoti 491 studento anketavimo duomenys, II tyrimui – 512 studentų anketavimo duomenys. Per pirmąjį ir antrąjį tyrimus buvo taikoma apklausa raštu, naudota specialiai šiam tyrimui parengta anketa, sudaryta iš įvairių skalių.

Nustatyta, kad privalomas kūno kultūros pratybas (I tyrimas) lankantiems studentams svarbiausia yra individualumo, orientacijos į save, bendradarbiavimo ir varžymosi / rungtyniavimo motyvacija. Neprivalomas (savo noru pasirenkamas) kūno kultūros pratybas universitete (II tyrimas) lankančių studentų motyvacija dalyvauti kūno kultūros pratybose yra daug didesnė ($p < 0,05$), svarbiausia yra varžymosi / rungtyniavimo, orientacijos į meistriškumą ir vidinę motyvaciją.

Vaikinų, kuriems yra labai / pakankamai svarbu mokytis universitete, dalyvavimą pratybose labiausiai skatino vidinė motyvacija, merginų, kurioms labai svarbu mokytis universitete, motyvacija dalyvauti kūno kultūros pratybose buvo matyti visose motyvacijos skalėse (išimtis – individualumo skalėje neaptikta statistiškai reikšmingų skirtumų). Studentų, kurių studijos prasmingos ir kuriems yra labai / pakankamai svarbu mokytis universitete, dalyvavimui kūno kultūros pratybose įtaką darė vidinė ir orientacijos į meistriškumą motyvacija.

Raktažodžiai: motyvacija, kūno kultūros pratybos, studentai, studijos, universitetas.

Įvadas

Žmogus, norėdamas adekvačiai reaguoti į laiko iššūkius, turi būti pasirengęs nuolatinei kaitai, atsinaujinimui, todėl siekiama kurti atvirą žmogų. Atviras žmogus gali geriau pastebėti jį supančios aplinkos vertybes, jas suvokti, pasirinkti, perprasti ir atitinkamai pats keistis, tobulėti. Visos švietimo sistemos, taip pat ir universitetų, svarbiausias vaidmuo – kurti žmogų, atvirą kultūrai ir demokratijai. Kūno kultūra, kaip bendroji kultūros dalis, negali likti nuošalėje nuo šių problemų sprendimo (Tamošauskas, 2012). Dabar Lietuvos aukštosiose mokyklose kūno kultūra yra savo noru pasirenkamas dalykas. Aukštosios mokyklos pagal savo reikmes, sugebėjimus ir darbo sąlygas bei požiūrį į tuos dalykus pasirenka ir darbo modelius, apimtis. Pastaraisiais metais pastebima tendencija siaurinti kūno kultūros apimtį, neatsiranda vietos šiai disciplinai mokymo planuose ir studijų programose, nors dau-

gelyje pasaulio šalių konstatuojamos studentų fizinės būklės, sveikatos blogėjimo tendencijos (Poteilūnienė, 2010; Norkus, 2011; Kriaučiukonienė ir kt., 2013). Teigiama (Kilpatrick et al., 2005), kad fizinio aktyvumo stoka, kai neatsižvelgiama į daugybę aktyvios gyvensenos privalumų, yra svarbi sveikatos problema aukštosiose mokyklose. Siekiant didinti studentų fizinį aktyvumą laisvalaikio, pirmo kurso studentų kūno kultūros pratybų turinys turėtų būti skirtas ne tik fizinėms galioms lavinti ir funkciniam organizmo pajėgumui gerinti, bet ir didinti motyvaciją aktyviau gyventi (Strazdienė, Adaškevičienė, 2012). Dabartinis motyvacijos terminas vartojamas remiantis prielaida, kad motyvacija yra nuolatinė, nesibaigianti, kintanti ir sudėtinga (Kilpatrick et al., 2005; Zeng et al., 2011; Šavareikienė, 2012).

Tyrimo problema. Atlikti mokslininkų tyrimai atskleidė, kad daugumos studentų dalyvavimo kūno

kultūros pratybose motyvacija nepakankama, jie ne jaučia poreikio sportuoti, stiprinti sveikatą. Studentų motyvai dalyvauti ar ne kūno kultūros pratybose daugiau emocinio pobūdžio, nestabilūs, priklauso nuo aplinkos veiksnių. Trūksta stiprios motyvacijos, gal ir teorinių žinių, kokybiškesnių kūno kultūros paskaitų, geresnio kūno kultūros dėstytojų darbo pobūdžio (Kilpatrick et al., 2005; Zeng et al., 2011; Gudžinskienė ir kt., 2012; Čepelionienė ir Ivaškie-nė, 2013). Dėl šių priežasčių motyvacijos tyrimai yra prasmingi ir aktualūs, nes tyrimo rezultatai ir jų analizė sudarytų prielaidas kurti efektyvesnes kūno kultūros programas, be to, galėtų prisidėti prie geresnio, labiau orientuoto į studentų fizinio aktyvumo motyvaciją kūno kultūros pratybose organizavimo.

Tyrimo tikslas – nustatyti I kurso studentų fizinio aktyvumo motyvacijos kūno kultūros pratybose ypatumus lyties ir studijų universitete svarbos aspektu.

Tyrimo uždaviniai:

Išanalizuoti studentų fizinio aktyvumo motyvaciją per privalomas ir neprivalomas kūno kultūros pratybas universitete.

Nustatyti vaikinų ir merginų motyvaciją studijų universitete svarbos aspektu.

Tyrimo metodai ir organizavimas

Dalyvavimo kūno kultūros pratybose motyvacija buvo nustatoma remiantis apsisprendimo teorijos pagrindu sukurtu klausimynu (angl. *Motives for Physical Activity Measure – Revised, MPAM – R*) (Frederick, Ryan, 1993). Klausimyną sudaro aštuonios motyvų skalės: orientacijos į meistriškumą, vidinės motyvacijos, bendradarbiavimo, individualumo, orientacijos į save, varžymosi / rungtyniavimo motyvacijos, sėkmės motyvacijos ir nesėkmių vengimo. Atskiros motyvų grupės įvertintos balais. Teiginiai koduoti vienodai nuo 5 balų „tikrai sutinku“ iki 1 balo „tikrai nesutinku“. Didesnis balas reiškia aukštesnį motyvacijos lygį. Vidinis visos skalės suderinamumo rodiklis – *Cronbacho alfa* (*Cronbach's alpha*) koeficientas – 0,91.

Kategorija *pasirinkta studijų kryptis universitete* atskleista pagal septynis ją apibūdinančius rodiklius teiginių forma. Iš keturių atsakymų variantų (nuo visiškai sutinku iki nesutinku) tiriamieji rinkosi vieną. Pasirinktas atsakymo variantas buvo koduotas atitinkamu balu: „visiškai sutinku“ – 1 balas, „nesutinku“ – 4 balai. Vidinis visos skalės suderinamumo rodiklis – *Cronbacho alfa* – 0,80. Pagal surinktų balų skaičių tiriamieji suskirstyti į dvi grupes:

pirma – prasmingų studijų (studentams sekėsi bendrauti su dėstytojais ir studijų draugais, iškilus sunkumams iš jų visada sulaukdavo paramos);

antra – pragmatiškų studijų (studentai turėjo rūpesčių dėl pasirinktos studijų krypties, todėl dažnai studijos buvo „chaotiškos“, o studentai studijuodami neturėjo galimybių įgyvendinti savo idėjų).

Kategorija, *ar svarbu gerai mokytis universitete*, atskleista pagal tiriamųjų atsakymus nuo „labai svarbu“ iki „visai nesvarbu“ gerai mokytis universitete (*Cronbacho alfa* – 0,87).

Pirmasis tyrimas, taikant apklausos raštu metodą, atliktas 2009 m. pavasario semestre, esant privalomoms kūno kultūros pratyboms aukštosiose mokyklose. Antrasis tyrimas vykdytas 2013 m. taip pat pavasario semestre, jau esant neprivalomoms kūno kultūros pratyboms (yra savo noru pasirenkamas studijų dalykas). Imties tūrį sudarė reprezentatyvi studentų grupė, parinkta patogiosios atrankos būdu iš penkių Vilniaus ir Kauno aukštųjų universitetinių mokyklų. Iš viso buvo apklausti 1022 pirmo kurso studentai, bet išanalizavus pateiktus atsakymus nustatyta, kad 19 anketų sugadintos ir / arba atmestinais užpildytos. I tyrimui naudoti 491 studento anketavimo duomenys, II tyrimui – 512 studentų anketavimo duomenys. Duomenys analizuoti naudojantis statistinės duomenų analizės programiniu paketu *SPSS 21.0 for Windows*. Straipsnyje pateikiami studentų didelės motyvacijos rezultatai procentais. Skirtingų grupių procentinių įverčių statistiniams skirtumams tikrinti taikytas Chi kvadrato (χ^2) kriterijus. Skirtumas, esant klaidos tikimybei mažiau nei 0,05, buvo vertinamas kaip statistiškai patikimas.

Tyrimo rezultatai

Analizuojant tyrimo duomenis apie studentų fizinio aktyvumo motyvaciją kūno kultūros pratybose paaiškėjo, kad vaikinų I ir II tyrimo atsakymai į visus klausimyne pateiktus teiginius statistiškai reikšmingai nesiskiria (išimtis – nustatyti reikšmingi I ir II tyrimo teiginio apie vidinę dalyvavimo kūno kultūros pratybose motyvaciją atsakymų skirtumai, $p = 0,027$) (1 lentelė). I tyrimo rezultatai parodė, kad vaikinams svarbiausia motyvacija yra orientacija į save (52,8 %), individualumo (52,5 %) ir varžymosi / rungtyniavimo (48,0 %) motyvacija. Iš II tyrimo duomenų, esant neprivalomoms kūno kultūros pratyboms universitete, matyti, kad vaikinams aktualiausia yra varžymosi / rungtyniavimo motyvacija (58,2 %), vidinė motyvacija (57,5 %) ir orientacija į save (56,8 %).

1 lentelė

Studentų procentinis skirstinys pagal motyvaciją dalyvauti kūno kultūros pratybose

Eil. Nr.	Teiginiai	Tyrimas	Vaikiniai Motyvacija	p reikšmės	Merginos Motyvacija	p reikšmės
1.	Orientacija į meistriškumą	I	37,7	p = 0,236	28,7	p = 0,001
		II	44,7		57,2	
2.	Vidinė motyvacija	I	44,2	p = 0,027	33,7	p = 0,001
		II	57,5		56,0	
3.	Bendradarbiavimas	I	46,7	p = 0,546	44,4	p = 0,013
		II	50,3		53,9	
4.	Individualumas	I	52,5	p = 0,836	48,1	p = 0,825
		II	53,8		47,3	
5.	Orientacija į save	I	52,8	p = 0,507	40,9	p = 0,002
		II	56,8		52,9	
6.	Varžymosi / rungtyniavimo motyvacija	I	48,0	p = 0,087	35,4	p = 0,001
		II	58,2		52,8	
7.	Sėkmės motyvacija	I	34,9	p = 0,740	25,8	p = 0,001
		II	36,8		55,4	
8.	Nesėkmių vengimas	I	41,1	p = 0,399	36,9	p = 0,001
		II	46,0		54,2	

Analizuojant I ir II tyrimo duomenis apie merginų fizinio aktyvumo kūno kultūros pratybose motyvaciją nustatyta (1 lentelė), kad atsakymai į visus klausimyną pateiktus teiginius statistiškai reikšmingai skiriasi ($p = 0,001$) (išimtis – nenustatyti reikšmingi teiginio apie individualumą atsakymų skirtumai) (1 lentelė). Iš I tyrimo rezultatų matyti, kad merginoms svarbiausia dalyvavimo kūno kultūros pratybose motyvacija yra individualumas (48,1 %), bendradarbiavimas (44,4 %) ir orientacija į save (40,9 %). II tyrimo duomenys, esant neprivalomoms kūno kultūros pratyboms universitete, parodė, jog merginoms aktualiausia yra orientacija į meistriškumą (57,2 %), vidinė motyvacija (56,0 %) ir sėkmės motyvacija (55,4 %).

Nustatyta reikšmingų skirtumų tarp vaikinių pasirinktos studijų krypties ir motyvacijos dalyvauti kūno kultūros pratybose (2 lentelė). Vaikinių, kurių

studijos buvo prasmingos, dalyvavimą kūno kultūros pratybose labiausiai lėmė vidinė motyvacija (I tyrime – 40,8 %, II – 59,4 %; $p = 0,046$), o vaikinių, kurių studijos pragmatiškos, motyvaciją dalyvauti kūno kultūros pratybose labiausiai paskatino orientacija į meistriškumą (atitinkamai 25,0 ir 42,5 %; $p = 0,026$).

Daugiau reikšmingų skirtumų užfiksuota lyginant merginų motyvacijos dalyvauti kūno kultūros pratybose duomenis su kitais tyrimo kintamaisiais (3 lentelė). Tų merginų, kurių studijos buvo prasmingos, dalyvavimą kūno kultūros pratybose labiau lėmė orientacija į meistriškumą (atitinkamai 34,4 ir 61,0 %; $p = 0,001$), vidinė motyvacija (atitinkamai 40,4 ir 58,5 %; $p = 0,001$), varžymosi / rungtyniavimo (atitinkamai 39,5 ir 54,5 %; $p = 0,006$), sėkmės motyvacija (atitinkamai 25,6 ir 58,4 %; $p = 0,001$) ir nesėkmių vengimo (atitinkamai 37,7 ir 53,6 %; $p = 0,003$).

2 lentelė

Vaikinių procentinis skirstinys pagal motyvaciją dalyvauti kūno kultūros pratybose ir pasirinktą studijų kryptį

Eil. Nr.	Teiginiai	Tyrimas	Motyvacija / pragmatiškos studijos	p reikšmės	Motyvacija / prasmingos studijos	p reikšmės
1.	Orientacija į meistriškumą	I	25,0	p = 0,026	58,0	p = 0,273
		II	42,5		47,9	
2.	Vidinė motyvacija	I	44,8	p = 0,248	40,8	p = 0,046
		II	54,3		59,4	
3.	Bendradarbiavimas	I	48,5	p = 0,774	44,9	p = 0,395
		II	46,2		52,8	
4.	Individualumas	I	61,2	p = 0,763	38,8	p = 0,365
		II	58,8		47,1	
5.	Orientacija į save	I	55,7	p = 0,686	46,9	p = 0,210
		II	52,4		58,6	
6.	Varžymosi / rungtyniavimo motyvacija	I	48,6	p = 0,629	44,9	p = 0,065
		II	52,6		62,0	
7.	Sėkmės motyvacija	I	36,1	p = 0,906	32,0	p = 0,532
		II	37,0		37,5	
8.	Nesėkmių vengimas	I	40,5	p = 0,856	41,2	p = 0,415
		II	42,0		48,6	

3 lentelė

Merginų procentinis skirstinys pagal motyvaciją dalyvauti kūno kultūros pratybose ir pasirinktą studijų kryptį

Eil. Nr.	Teiginiai	Tyrimas	Motyvacija / pragmatiškos studijos	p reikšmės	Motyvacija / prasmingos studijos	p reikšmės
1.	Orientacija į meistriškumą	I	25,0	p = 0,001	34,4	p = 0,001
		II	53,5		61,0	
2.	Vidinė motyvacija	I	28,8	p = 0,001	40,4	p = 0,001
		II	52,4		58,5	
3.	Bendradarbiavimas	I	39,2	p = 0,081	51,3	p = 0,231
		II	48,9		57,9	
4.	Individualumas	I	51,1	p = 0,582	45,5	p = 0,440
		II	54,2		41,2	
5.	Orientacija į save	I	43,0	p = 0,007	40,3	p = 0,103
		II	57,9		49,1	
6.	Varžymosi / rungtyniavimo motyvacija	I	33,9	p = 0,002	39,5	p = 0,006
		II	51,1		54,5	
7.	Sėkmės motyvacija	I	25,8	p = 0,001	25,6	p = 0,001
		II	53,8		58,4	
8.	Nesėkmių vengimas	I	35,3	p = 0,001	37,7	p = 0,003
		II	56,9		53,6	

Lyginant vaikinų motyvaciją dalyvauti kūno kultūros pratybose, nustatytas vienas reikšmingas skirtumas. Vaikinus, kuriems yra labai / pakankamai svarbu mokytis universitete, dalyvauti kūno kultūros pratybose labiausiai skatino vidinė motyvacija (atitinkamai 45,5 ir 59,3 %; $p = 0,028$), kiti vaikinų duomenys nepateikti, nes nebuvo reikšmingo statistinio skirtumo. Kitaip negu vaikinų, merginų, kurioms labai svarbu mokytis universitete, stipresnė motyvacija dalyvauti kūno kultūros pratybose buvo matyti visose motyvacijos skalėse (išimtis – individualumo skalėje neaptikta statistškai reikšmingų skirtumų) (4 lentelė).

Tyrimo rezultatų aptarimas

Išanalizavus studentų fizinio aktyvumo motyvaciją kūno kultūros pratybose paaiškėjo, kad I tyrime vaikinams svarbiausia dalyvavimo kūno kultūros pratybose motyvacija yra orientacija į save (52,8 %), individualumo (52,5 %) ir varžymosi / rungtyniavimo (48,0 %) motyvacija, o II tyrime, esant neprivalomoms kūno kultūros pratyboms universitete, – varžymosi / rungtyniavimo motyvacija (58,2 %), vidinė motyvacija (57,5 %) ir orientacija į save (56,8 %). I tyrimo duomenimis, merginoms svarbiausia dalyvavimo kūno kultūros pratybose motyvacija yra individualumas (48,1 %), bendradarbiavimas (44,4 %) ir orientacija į save (40,9 %), o II tyrimo duomenimis, esant neprivalomoms kūno

4 lentelė

Merginų procentinis skirstinys pagal motyvaciją dalyvauti kūno kultūros pratybose ir mokymąsi universitete

Eil. Nr.	Teiginiai	Tyrimas	Motyvacija/ Labai/pakankamai svarbu mokytis universitete	p reikšmės	Motyvacija/ Nelabai svarbu/ nesvarbu mokytis universitete	p reikšmės
1.	Orientacija į meistriškumą	I	28,9	p = 0,001	0,0	p = 0,290
		II	57,8		40,0	
2.	Vidinė motyvacija	I	33,9	p = 0,001	0,0	p = 0,495
		II	56,6		20,0	
3.	Bendradarbiavimas	I	44,7	p = 0,014	0,0	p = 0,290
		II	54,2		40,0	
4.	Individualumas	I	48,1	p = 0,666	50,0	p = 0,427
		II	46,5		80,0	
5.	Orientacija į save	I	41,2	p = 0,003	0,0	p = 0,147
		II	52,5		60,0	
6.	Varžymosi / rungtyniavimo motyvacija	I	35,6	p = 0,001	0,0	p = 0,290
		II	53,0		40,0	
7.	Sėkmės motyvacija	I	26,0	p = 0,001	0,0	p = 0,495
		II	56,0		20,0	
8.	Nesėkmių vengimas	I	37,2	p = 0,001	0,0	p = 0,290
		II	54,4		40,0	

kultūros pratyboms universitete, – orientacija į meistriškumą (57,2 %), vidinė motyvacija (56,0 %) ir sėkmės motyvacija (55,4 %).

Tyrėjai yra nustatę, kad pirmo kurso studentų reikšmingiausi fizinės saviugdos motyvai yra noras gerai jaustis, pagerinti savo fizinį parengtumą ir išvengti ligų (Tubelis, 2001), o studentėms aktualiausi sveikatos stiprinimo, protinio darbingumo ir fizinio parengtumo gerinimo motyvai (Poteliūnienė, 2010).

Mokslininkai (Kilpatrick et al., 2005) palygino aukštosios mokyklos studentų motyvaciją dalyvauti varžybose ir atlikti fizinius pratimus. Jie nustatė, kad tyrimo dalyviai tam, kad susidomėtų varžyboomis, buvo kur kas labiau nusiteikę įvardyti savo vidinius motyvus, tokius kaip malonumas ir iššūkis, tačiau motyvacija daryti fizinius pratimus buvo kur kas išoriškesnė ir susitelkė į išvaizdą, svorį ir streso valdymą. Šio tyrimo rezultatai rodo, kad studentai labiau pageidauja dalyvauti varžybose, nors fizinių pratimų atlikimas taip pat gali palengvinti ir pagerinti prisirišimą prie fizinio aktyvumo. Kitu tyrimu (Nowak-Zaleska et al., 2014) įvertinta Gdanskio kūno kultūros ir sporto universiteto pirmo kurso kūno kultūros studentų papildomo fizinio aktyvumo motyvacija 2000 ir 2010 metais. Autoriai nustatė, kad 2000-ųjų metų studentai statistiškai išsiskyrė tuo, kad rūpinosi savo sveikata, išvaizda ir figūra, be to, fiziniu aktyvumu jie mėgavosi labiau. Reikšmingas statistinis skirtumas buvo nustatytas ir renkantis papildomas fizines pratybas tam, kad galėtų bendrauti. Abi studentų grupės (2000 ir 2010 metų) pabrėžė finansinių galimybių stoką kaip pagrindinę priežastį, sulaikančią juos nuo fizinio aktyvumo.

Strazdienės ir Adaškevičienės (2012) atlikti tyrimai leidžia teigti, kad akademinio jaunimo motyvacija sportuoti turėtų būti plėtojama taip, kad įgalintų protinį darbą dirbantį asmenį orientuotis į holistinį savo asmenybės ugdymą(si), išlaikant protinio darbo ir fizinio aktyvumo darną. Tai, kad žmogaus fizinė būklė susijusi su sveikata ir nulemta jo aktyvaus gyvenimo būdo, rodo fizinio aktyvumo ir sporto svarbą. Aukštoji mokykla, atsižvelgdama į nuolat vykstančius socialinius pokyčius ir informacinių technologijų iššūkius studijuojančiam jaunimui, turėtų įtraukti į studentų rengimą sveikatą stiprinančio fizinio aktyvumo, fizinės sveikatos ugdymo dalykus, kurie padėtų puoselėti bendruomenės sveikos gyvensenos kultūrą, plėtoti studentų fizines galias ir stiprinti sveikatą.

Mūsų atlikto tyrimo rezultatai iš dalies sutampa su Tamulaitienės ir Lukavičienės (2009) tyrimo duo-

menimis. Autorės, tyrusios studentų vidinės sportinės veiklos motyvacijos ypatumus, nustatė, kad siekiant sportinės veiklos tikslų būdingiausi yra šie motyvų tipai: pasididžiavimo pasiektais rezultatais jausmas, meistriškumo siekis, noras būti sveikam ir stipriam, galimybė ir siekis išsiugdyti sportininkui būdingas asmens savybes ir vertybes.

Pasak Jucevičienės ir bendraautorių (2010), studentų mokymasis turi būti konstruktyvus, savavaldis, tikslingas procesas, kuriam įtaką daro supanti aplinka ir sąveika su kitais mokymosi proceso dalyviais; šiame procese kiekvienas besimokantis studentas įgyja naujų žinių ir jam būdingą supratimą. Studijų laikas dažniausiai sutampa su 18–24 metų tarpsniu. Studijų turinys ir formos turi įtakos kokybiškai naujesnei studentų socialinei, kultūrinei, profesinei, dvasinei ir fizinei brandai. Studijų turinio įvairovė formuoja ir naują požiūrį į šias vertybes. Padidėja atsakomybės ir pareigos jausmas, iniciatyvumas, noras atskleisti dvasines ir fizines galias. Todėl studijų metu aukštoji mokykla privalo padėti studentams formuoti teisingas savo sveikatos puoselėjimo ir fizinės gerovės nuostatas (Григорович и др., 2002; Jucevičienė ir kt., 2010). Be to, studentų studijų sėkmė priklauso ir nuo išorinės aplinkos, t. y. aukštosios mokyklos sudaromų sąlygų, turinčių įtakos kokybiškam studento veiklos realizavimui (Jucevičienė ir kt., 2010). Atlikti tyrimai (Ratkevičienė, 2005) atskleidė studentų požiūrį į mokymąsi aukštosiose mokyklose: daugiau kaip pusė (52,8 %) apklaustųjų studijuoti patinka, 43,8 % – nepatinka, 2,3 % – visai nepatinka. Nepatikimo priežastys įvairios: tai pasenusios mokymo metodikos, poreikių neatitinkanti specialybė, mokymosi sunkumai. Tiriamaieji nurodė tokius dėstymo kokybės parametrus: informacijos perteikimo sistemingumas, dalykiškumas, aiškumas, įdomumas; kurso sąsajos su praktika; vertinimo objektyvumas ir adekvatumas išdėstytam kursui; savarankiško darbo organizavimas; asmeninės dėstytojų savybės.

Specialistų rengimas aukštojoje mokykloje įgyja naujų ypatumų, studijų programos pertvarkomos pagal Vakarų šalių universitetų modelius, studentams suteikiama didesnė mokomųjų dalykų pasirinkimo laisvė. Tačiau pakitus studijų sąlygoms, studentai susiduria su naujomis aktualiomis problemomis – protinio ir fizinio krūvio reguliavimu, vertybių perkainojimu. Keliami didesni reikalavimai studento savarankiškumui, aktyvumui. Tikslinga studentų veiklą pertvarkyti taip, kad nenukentėtų jų sveikata, organizmo darbingumas, nemažas vaidmuo čia

tenka kūno kultūrai (Stelzer et al., 2004; Rikard, Banville, 2006; Bibik et al., 2007). Dauguma tyrime dalyvavusių dėstytojų pritaria teiginiui, kad aukštojoje mokykloje jie turi ugdyti studentų akademinį ambicingumą ir rengti specialistus, gebančius konkuruoti darbo rinkoje (Rastauskienė ir kt., 2008). Kaip teigia Jucevičienė su bendraautoriais (2010), į studentą pirmiausia turėtų būti žiūrima kaip į klientą, kuris nori ir turi teisę gauti kokybiškas aukštojo mokslo paslaugas.

Mūsų nuomone, studentų fizinio aktyvumo motyvacijai reikėtų skirti daug daugiau dėmesio ir laiko, siūlyti jiems įvairių naujų fizinio aktyvumo formų per kūno kultūros pratybas ir laisvalaikį.

Išvados

1. Esant privalomoms kūno kultūros pratyboms, studentams svarbiausia yra individualumo, orientacijos į save, bendradarbiavimo ir varžymosi / rungtyniavimo motyvacija. Kai kūno kultūros pratybos universitete yra neprivalomos (savo noru pasirenkamas dalykas), studentų motyvacija dalyvauti kūno kultūros pratybose yra daug didesnė ($p < 0,05$), svarbiausia yra varžymosi / rungtyniavimo, orientacijos į meistriškumą ir vidinė motyvacija.
2. Vaikinių, kuriems yra labai / pakankamai svarbu mokytis universitete, dalyvavimą pratybose labiausiai skatino vidinė motyvacija, merginų, kurioms labai svarbu mokytis universitete, motyvacija dalyvauti kūno kultūros pratybose buvo matyti visose motyvacijos skalėse (išimtis – individualumo skalėje neaptikta statistiškai reikšmingų skirtumų). Studentų, kurių studijos prasmingos ir kuriems yra labai / pakankamai svarbu mokytis universitete, dalyvavimui kūno kultūros pratybose įtaką darė vidinė ir orientacijos į meistriškumą motyvacija.

LITERATŪRA

1. Bibik, J. M., Goodwin, S. C., Omega-Smith, E. M. (2007). High school students' attitudes toward physical education in Delaware. *Physical Educator*, 64 (4), 11.
2. Čepelionienė, J. Ivaškienė, V. (2013). Peculiarities of students' attitude towards the studies and the physical education teacher in the aspect of gender. *Sabiedrība, integrācija, izglītība=Society, Integration, Education: Starptautiskās zinātniskās konferences materiāli*. Rēzekne, Latvia, III daļa, 367–378.
3. Frederick, C. M., Ryan, R. M. (1993). Differences in motivation for sport and exercise and their relationships with participation and mental health. *Journal Sport Behavior*, 6, 125–145.
4. Gudžinskienė, V., Armonienė, J., Pocevičius, A. (2012). Fizinis aktyvumas kaip vienas sveikatą lemiančių veiksnių. *Pedagogika*, 105, 86–93.
5. Jucevičienė, P., Gudaitytė, D., Karenauskienė, V., Lipinskienė, D., Stanikūnienė, B., Tautkevičienė, G. (2010). *Universiteto edukacinė galia, atsakas XXI amžiaus iššūkiams: mokslo monografija*. Kaunas: Technologija.
6. Kilpatrick, M., Herbert, E., Bartholomew, J. (2005). College students motivation for physical activity: differentiating mens and womens motives for sport participation and exercise. *Journal of American College Health*, 2, 87–94.
7. Kriaučiukonienė, V., Barkauskienė, A., Petkevičienė, J. (2013). Kauno universitetų studentų subjektyvi sveikata ir jos pokyčiai 2000–2010 m. *Visuomenės sveikata*, 2, 82–87.
8. Norkus, A. (2011). Studentų nuostatų fizinio aktyvumo atžvilgiu sąsajos su kūno kultūros ugdymo(si) patirtimi mokykloje. *Jaunųjų mokslininkų darbai*, 3(32), 49–53.
9. Nowak-Zaleska, A., Zaleski, R. W., Walentukiewicz, B., Marcin, A. P. (2014). Motivations for undertaking physical activity by first-year students of Faculty of Physical Education in 2000 and 2010. *Baltic Journal of Health & Physical Activity*, 1, 41–47.
10. Poteliūnienė, S. (2010). *Studentų fizinį ugdymą ir sportininkų rengimą skatinantys veiksniai*. Vilnius: VPU.
11. Rastauskienė, G. J., Kardelis, K., Šeščilienė, I. M. (2008). Aš koncepcija: kognityvinio komponento raiška tarp Lietuvos aukštųjų mokyklų dėstytojų. *Acta Paedagogica Vilnensia*, 45, 37–51.
12. Ratkevičienė, V. (2005). Akademinio jaunimo požiūris į studijas ir gyvenimo sąlygas. *Pedagogika*, 76, 73–79.
13. Rikard, L. G., Banville, D. (2006). High school student attitudes about physical education. *Sport, Education and Society*, 11(4), 385–400.
14. Stelzer, J., Ernest, J. M., Fenster, M. J., Langford, G. (2004). Attitudes toward physical education: a study of high school students from four countries – Austria, Czech Republic, England, and USA. *College Student Journal*, 38, 12–18.
15. Strazdienė, N., Adaškevičienė, E. (2012). Studentų sveikatą stiprinantis fizinis aktyvumas, jo raiška laisvalaikio. *Tiltai*, 4, 93–104.
16. Šavareikienė, D. (2012). Motyvo interpretacija motyvacijoje. *Ekonomika ir vadyba: aktualijos ir perspektyvos*, 1(25), 46–51.
17. Tamošauskas, P. (2012). Studentų fizinio ugdymo kaitos pedagoginiai ir psichologiniai ypatumai. *Sporto mokslas*, 1(67), 2–7.
18. Tamulaitienė, R., Lukavičienė, V. (2009). Kūno kultūros specialybės studentų sportinės veiklos motyvacija: refleksių analizė. *Mokytojų ugdymas*, 12(1), 85–102.
19. Tubelis, L. (2001). *Studentų fizinės saviugdų skatinimo sistema ir jos efektyvumas: daktaro disertacija*. Vilnius: VPU.
20. Zeng, H. Z., Hipscher, M., Leung, R. W. (2011). Attitudes of high school students toward physical education and their sport activity preferences. *Journal of Social Sciences*, 4, 529–537.
21. Григорович, Е., Трофименко, А., Раевский, Р. (2002). Физическое воспитание, биологическая обратная связь и метод сравнения как действенные факторы укрепления здоровья студенческой молодежи. *Wychowanie fizyczne i sport*, Tom 46 (Suppl. Nr. 1), Część 2, 235–236.

PECULIARITIES OF STUDENTS' PHYSICAL ACTIVITY MOTIVATION DURING PHYSICAL EDUCATION CLASSES IN REGARD OF GENDER AND THE IMPORTANCE OF UNIVERSITY STUDIES

Jurgita Čepelionienė^{1, 2}, Assoc. Prof. Dr. Vida Ivaškienė¹

Lithuanian Sports University¹, Mykolas Romeris University²

SUMMARY

Nowadays physical education at Lithuanian high schools is brought out as an optional subject. High schools choose work modes and amount of the lessons according to personal needs, abilities as well as working conditions and attitude towards these subjects. Lately, the leading trend of reducing the amount of physical education exercise was set; there is no place for this discipline in the teaching plans or study programmes, though in many countries around the world students' physical and health state tend to get worse (Poteliūnienė, 2010; Norkus, 2011; Kraučiuikonienė et al., 2013). Aiming to increase students' physical activity during their free time the curriculum of physical education for the first year students has to be headed not only towards the development of physical abilities or increase in functional organism potential but also towards the raise of motivation to live more actively (Strazdienė, Adaškevičienė, 2012).

The purpose of the research was to identify motivation peculiarities during physical education first year classes in regard of gender and the importance of studying at the university. Sample volume consists of a representative group of students selected selectively from Vilnius and Kaunas five higher education institutions. 1022 respondents were questioned in order to collect the research data. However, 19 questionnaires

were damaged or/and filled in incorrectly. The first and the second researches relied on a written survey, specially designed for the research questionnaire which was composed out of different scales.

During the compulsory physical education classes individual, orientation, cooperative and competition motivation are the most important for the students. If the classes of physical education are not compulsory (optional), the motivation of students participation is much higher ($p < 0,05$), the most important are competitive, orientation towards the mastership and inner motivation.

Male students who consider studies at university very/ rather important participate in physical education classes because they are the stimulated by the inner motivation. For the female students who consider the studies at university as very important, motivation to participate in physical education classes was reflected in all scales (except for the individuality scale where no statistically significant evidence was found). Students considering their studies at university as very or rather important participate in physical education classes due to inner and orientation towards mastership motivation.

Keywords: motivation, physical education, students, studies, university.