

## ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

*Тиосова Татьяна Николаевна*

старший преподаватель

Владивостокский филиал

ГКОУ ВПО «Российская таможенная академия»

г. Владивосток, Приморский край

### АНАЛИЗ ОСНОВНЫХ НАПРАВЛЕНИЙ МОТИВАЦИИ У СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

*Аннотация:* данная статья посвящена анализу мотивации к занятиям физической культуры. Как отмечает автор, главным компонентом для успешного выполнения любой деятельности, в том числе и физкультурно-спортивной, является мотивация. Исследователь приходит к заключению о необходимости разнообразия занятий по физической культуре, позволяющих в процессе физической деятельности каждому студенту реализовать собственные потребности в движении.

*Ключевые слова:* спортивная мотивация студентов, анкетирование, индивидуальные предпочтения студентов.

Сегодняшняя молодежь – это основной трудовой запас нашей страны, это будущие родители, и их здоровье и благополучие является залогом здоровья и благополучия всей нации. К сожалению, статистика свидетельствует о том, что большинство студентов вузов имеет позитивно-пассивное отношение к физической культуре. Основная масса студентов отмечают положительное влияние физических упражнений на состояние здоровья, но занимаются от случая к случаю, объясняя это нехваткой времени и высокой степенью занятости. Главным компонентом для успешного выполнения любой деятельности, в том числе и физкультурно-спортивной, является мотивация. Мотив – это осознанная причина активности человека, направленной на достижение цели. Однако, в современной образовательной среде, особенно в сфере физической культуры и спорта (ФКиС)

наблюдается снижение интересов и потребностей в занятиях спортом. У студентов недостаточно сформирована мотивация к занятиям ФКиС [1]. Данный факт подтверждается: пропусками занятий ФК, неудовлетворенность студентов организацией ФК в вузе, снижающийся уровень здоровья студентов, большая популярность в студенческой среде компьютерных игр, социальных сетей [3, с. 98].

Мотивация к физической активности – особое состояние личности, направленное на достижение оптимального уровня физической подготовленности и работоспособности. Процесс формирования интереса к занятиям физической культурой (ФК) и спортом – это не одномоментный, а многоступенчатый процесс: от первых элементарных гигиенических знаний и навыков до глубоких психофизиологических знаний теории и методики физического воспитания и интенсивных занятий спортом [2, с. 129].

Для изучения уровня сформированности спортивной мотивации студентов вуза было проведено анкетирование 1 и 4 курсов, состоящее из вопросов, касающихся отношения опрашиваемых к тем или иным проблемам спортивной подготовки, результативности тренировочного и соревновательного процессов. Анкета раздавалась каждому испытуемому, который выбирал соответствующий ответ. Всего участвовало 103 человек. Результаты анкетирования позволили судить об исходном уровне сформированности мотивации студентов Владивостокского филиала Российской таможенной академии. Анализ полученных результатов позволил сделать вывод о среднем уровне сформированности мотивации занимающихся.

На вопрос как часто вы посещаете занятия ФК, студенты 1 курса ответили «регулярно» – 90%, «иногда» – 10%, а студенты 4 курса «регулярно» – 60%, редко – 40%. (рис. 1.)

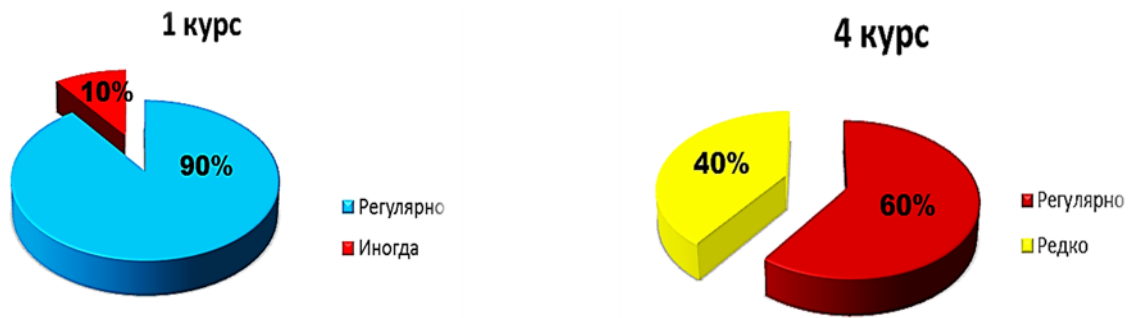


Рис. 1. Посещение занятий ФК

Исходя из вопроса: «Перечислите мотивы вашего посещения занятий по физической культуре?», были получены результаты, которые отображены на рисунке 2.

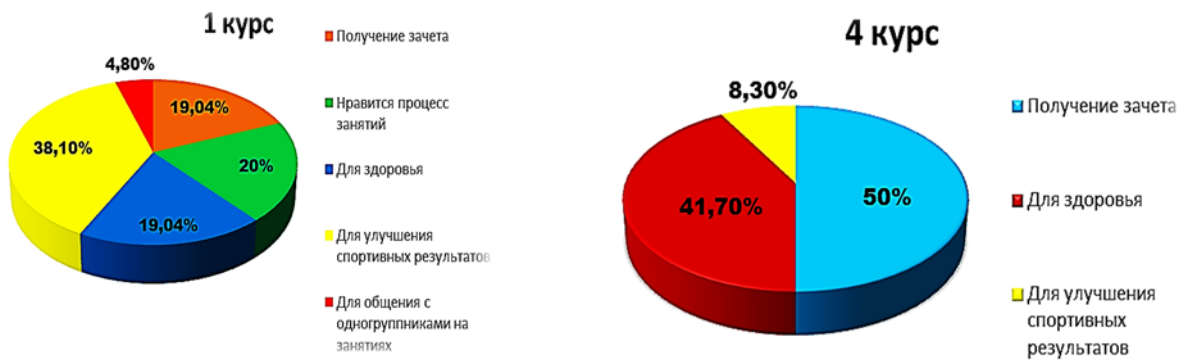


Рис. 2. Мотивы посещения занятий ФК

На рисунке 2 видно, что, большая часть студентов 4 курса ходят на занятия ФК для получения зачета и для здоровья, а вот на 1 курсе больше мотивов посещения занятий ФК: для улучшения спортивных результатов, нравится процесс занятий, для здоровья и т. д.

По каким причинам студенты не посещают занятия по ФК отображено на рисунке 3.



Рис. 3. Причины непосещения занятий ФК

Большая часть студентов на 1 и 4 курсах выбрали причину «заболели». На рисунке 3. видно что, на 1 курсе 18,75% студентов любят поспать и у такого же количества есть какие – то срочные дела; на 4 курсе 21,5% студентов выбрали «неудобное расписание занятий», а также 14,3% совмещают работу с учебой и такое же количество любят поспать.

На вопрос: «Как активно вы принимаете участие в физкультурно – оздоровительной деятельности вуза?» студенты 4 курса на 10% оказались активнее (рис. 4)



Рис. 4. Активность участия студентов в физкультурно-оздоровительной деятельности вуза

На вопрос: «Каким видом физических упражнений вы бы хотели заниматься?» были опрошены отдельно юноши (рис. 5) и девушки (рис 6).



Рис. 5. Вид физических упражнений по выбору юношей

Итак, на 1 курсе по 30% было отдано легкой и тяжелой атлетике.

На 4 курсе 90% юношей выбрали спортивные игры (футбол, волейбол, баскетбол).



Рис. 6. Вид физических упражнений по выбору девушек

На 1 и 4 курсе девушки проявили больший интерес к упражнениям на растяжку (стретчинг) и фитнес программам.

На вопрос: «Как вы думаете, нужна ли студентам в вузе дисциплина ФК?» на 1 и 4 курсе ответили одинаково. (рис. 7).

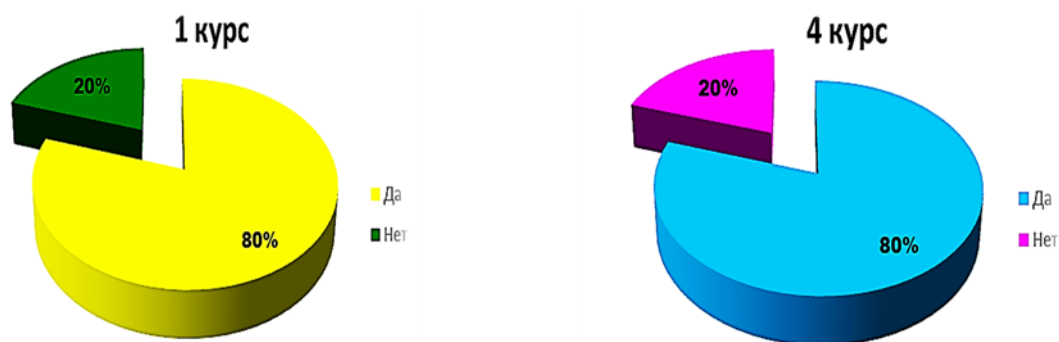


Рис. 7. Нужна ли студентам в вузе дисциплина ФК

Исследованием выявлены основные мотивы к занятиям ФК и спортом у студентов:

– большинство студентов 1 курса отмечают, что от занятий ФК они хотят получить здоровый организм и эстетически красивое тело. Благодаря включению в программу высших учебных заведений занятий по разнообразным видам спорта, использованию различных фитнес-направлений, игрового и соревновательного метода мотивация студентов к занятиям ФК и спортом повышаются;

– у студентов 4 курса мотивы к занятиям ФК несколько ниже. Главный мотив посещения занятий – получение зачета, а главными причинами не посещения занятий, неудобное расписание занятий и совмещение работы с учебой. Но они активнее принимают участие в физкультурно-оздоровительной деятельности вуза, чем студенты 1 курса.

Проведенное исследование позволяет сделать следующие выводы:

– необходима целенаправленная работа по приобщению студенческой молодежи к физической культуре как одного из важнейших слагаемых в формировании здорового образа жизни и эффективных средств по укреплению и сохранению здоровья у студентов.

– следует учитывать индивидуальные возможности и предпочтения студентов в выборе вида физкультурно-оздоровительной деятельности.

Из этого следует, что нужно разнообразить занятия по физической культуре, посредством, включения в программу игрового и соревновательного методов,

---

нетрадиционных видов физической культуры, которые позволят в процессе физической деятельности каждому студенту реализовать собственные потребности в движении.

### *Список литературы*

1. Беляничева В.В. Формирование мотивации занятий физической культурой у студентов / В.В. Беляничева, Н.В. Грачева. // Физическая культура и спорт: интеграция науки и практики. Вып. 2. – Саратов: ООО Издательский центр «Наука», 2009. – 6 с.

2. Закирова К.С. Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом у студентов // Материалы V Международной студенческой электронной научной конференции «Студенческий научный форум». – 2013 [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.scienceforum.ru/2013/12/1828>

3. Наговицын Р.С. Мотивация студентов к занятиям физической культурой в вузе // Фундаментальные исследования. – 2011. – №8. – С. 298 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.rae.ru/fs/?section=content&op=show\\_article&article\\_id=7798353](http://www.rae.ru/fs/?section=content&op=show_article&article_id=7798353)