

*Автор:*

**Юсупова Раушания Айратовна**

студентка

Стерлитамакский филиал

ФГБОУ ВО «Башкирский государственный университет»

г. Стерлитамак, Республика Башкортостан

## **МОТИВАЦИЯ КАК КОМПОНЕНТ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ГОТОВНОСТИ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

*Аннотация:* в статье исследуются общие аспекты психологического влияния преподавателя и самого студента в физической подготовке. Автором отмечена важность физической культуры для формирования отдельной личности и подготовки к социально-профессиональной деятельности в будущем.

*Ключевые слова:* мотивация к физической культуре, мотивация студентов, преподаватель, интерес к физической культуре.

Впервые слово «мотивация» употребил А. Шопенгауэр в статье «Четыре принципа достаточной причины». Затем этот термин прочно вошел в психологический обиход для объяснения причин поведения человека и животных.

В законодательной основе Российской Федерации физическая культура представлена как дисциплина и в то же время как неотъемлемый элемент развития личностного потенциала. Физическая культура является общей частью профессиональной подготовки студентов, которая прививается в обязательном порядке на некоторую часть периода обучения. Значимость физической культуры и её подготовка проявляется через развитие у студента духовной культуры, психическое здоровье, а также внешнее совершенство.

Для мотивации студента к данной культуре нужно максимально разнообразить занятия, например, процессом включения в программу вузов игровые или соревновательные методы, так же нетрадиционные виды физической культуры, для реализации в процессе каждому студенту собственные потребности в движе-

нии. Также важную роль играет донесение до студентов информации, необходимых сведений о взаимосвязи занятий физической культурой, которая поможет сформировать необходимую потребность заниматься физической культурой на протяжении всей последующей жизни и для осознания важности в дальнейшей профессиональной деятельности.

Тема статьи написана исходя из материалов многолетних исследований. Исследования были направлены на формирование и в дальнейшем закреплении мотивации студентов в физической культуре. В них применялись различные методы: за основой брался традиционный метод социально-педагогического исследования – теоретический анализ и данные литературы, педагогические эксперименты и наблюдения, обобщение педагогических опытов, а также применялись методы сугубо теоретических исследований – метод аналогии, сравнительный анализ, метод моделирования.

При наблюдении уровней закрепления мотивации студентов применялась методика самооценки интересов. Студенты составляли анонимную анкету, которая выявляла шкалу интересов к формам занятий физическим упражнениям и к самой физической культуре в целом. Так же применялись методики экспертных оценок интереса.

Итог применения вышеперечисленных методов исследований помогли обосновать пути, методы и методики формирования у студентов мотивацию к физической культуре.

Смысловое значение формирования мотивации и занятий спортом в первую очередь связано с личностным значением таких занятий для каждого студента. На основах смысловых решений, студент выбирает мотивы занятий: учебно-познавательные, результативные, социально-значимые, процессуальные. В процессе реализации выбранных мотивов, студент ставит для себя особенные цели-результаты на пути их реализации. Процесс занятий сопровождается эмоциями – психическими состояниями, имеющие различные степени воздействия на студента, вызванными выполнением разнообразных упражнений, объяснением, де-

монстрированием, инвентарем, взаимоотношением между студентом и преподавателем. А также эмоции возникают при осознании студентом характера мотивов, целей и субъективной возможности их реализации.

Мотивационная сфера студента замысловата и многогранна. В психологии её понимают как собственно мотивацию – это цели, эмоции, мотивы, смыслы занятий и надмотивационные установки – жизненные ценности, ориентации, направленность личности.

Интерес к физической культуре – это единый результат сложнейших процессов мотивационной сферы студентов. Тем не менее мотивация к занятиям физической культуры воспитывалась и не перестает развиваться, но эффект в становлении формирования мотивации и интереса всё-таки незначительный: лишь единицы из сотен студентов продолжают заниматься физической культурой самостоятельно.

Немаловажную роль играют в формировании мотивации у студентов к физической культуре преподаватели. Преподаватель должен тонко ощущать грань между внутренней и внешней мотивацией. А также и при воспитании мотивов благополучия, такие как стремление получить одобрение, похвалу от преподавателя, родителей и друзей.

Чтобы помочь студенту реализовать свои цели, преподаватель должен помочь в следующем:

- 1) поставить перед собой практические задачи, безошибочно сопоставить цели со своими возможностями;
- 2) установить грани между сильной и слабой стороной, трудиться над самоанализом;
- 3) определить четкие действия, которые можно совершить в настоящее время, дабы затем добиться поставленных перед собой целей;
- 4) научиться понимать и определять, на сколько его желаемые действия приближают к цели.

Результаты наблюдения показали, что у студентов первое место занимает мотив совершенствования своей формы тела. Развитие этого мотива имеет свои

особенности. У студентов мотив совершенствования своего тела ассоциируются с предпочитаемой в идеале фигурой, а также здоровьем.

Наблюдения показывают, что для студентов приоритетным в занятиях физическими упражнениями являются мотивы достижения отличных спортивных результатов. Занятие спортом сопровождается поездки на соревнования в другие города и страны, возможностью попасть в сборную команду, улучшить свое материальное положение. Тем не менее, как убеждает нас практика, состояние здоровья студенческой молодежи не соответствует запросам на сегодняшний день. Это, безусловно связано тем, что студенты имеют низкий уровень мотивации к занятиям физической культурой. Данные статистики выявили, что большинство студентов имеет позитивно-пассивное отношение к физической культуре, а около 20% относятся довольно негативно к физической культуре. Основная масса студентов считают, что физическая культура оказывает положительные влияния на состояние здоровья, но противоречат своим утверждениям, занимаясь спортом от случая к случаю и объясняя это высокой степенью занятости и нехваткой времени.

В высших учебных заведениях занятия по физической культуре проводят по единой для всех студентов учебной программе на основах общей физической подготовки. Студент теряет интерес к дисциплине «Физическая культура», это объясняется тем, что учебная программа не предусматривает его индивидуальные возможности. В итоге снижается уровень посещаемости и эффективность занятий.

Таким образом, важнейшей целью занятий физической культурой, проводимых в учебных заведениях, является формирование отдельной личности, подготовка к социально-профессиональной деятельности в будущем.

### ***Список литературы***

1. Лубышева Л.И. Социальная роль спорта в развитии общества и социализации личности // Теория и практика физической культуры. – 2012. – №4.
2. Матковская И. Роль мотива в достижении цели // Учитель. – 2007. – №5. – С. 70–72.

3. Скрипкин И.Н. Формирование положительной мотивации к учебной деятельности на основе дифференциации образовательного процесса: Научно-метод. изд. – Липецк, 2010. – 243 с.

4. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебник / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецова. – М.: Академия, 2010. – 480 с.