

Толстова Дарья Вячеславовна

студентка

ФГБОУ ВО «Мордовский государственный
педагогический институт им. М.Е. Евсевьева»

г. Саранск, Республика Мордовия

МОТИВАЦИЯ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ С ЦЕЛЬЮ СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ САМОИЗОЛЯЦИИ

***Аннотация:** в статье рассматривается проблема мотивации студентов к занятиям физической культуры. Автором предлагается модель системы задания.*

***Ключевые слова:** мотивация студента, модель задания, физическая культура.*

Каждый человек в современном обществе желает быть здоровым. Здоровье в научной литературе трактуется как интеграция многих компонентов. Фундаментальным компонентом здоровья человека является его физическое состояние. Для каждого человека существует идеализированное физическое состояние, в основу которого ложатся физиологические данные, способность человека к физической активности, а также основные показатели телосложения человека (рост, вес, обхват грудной клетки).

В течение всей жизни человека за счет непрерывного и систематического развития, сохранения и укрепления физического состояния достигается собственный идеал. Универсальным средством для достижения данного идеала является физическая культура, которая способствует развитию и иных компонентов понятия здоровья.

Побуждение к занятию любой деятельности осуществляется с помощью мотивации. Условно различают два вида мотивации: внутреннюю и внешнюю. Чаще всего мотивация школьника к занятию физической культуры происходит с помощью ранжированной отметки за дисциплину, поскольку основной вид

деятельности – учебный, поэтому необходимость мотивации восполняется с помощью внешнего фактора. Для студента данная технология недостаточна для полной мотивации. Данная технология мотивации, это результат того, что чаще всего наблюдается ранжирование оценивания только на два уровня: зачет или незачет. Кроме того, у современного студента постоянно расширяется объем информации, которую необходимо постоянно обрабатывать, появляются различные новые социальные роли, а с ними новые обязанности. Вследствие этого происходит частичная потеря мотивации. Поэтому возникает необходимость во внутренней мотивации студента к занятию физической культуры, обоснование личностной необходимости – конкретно для него. Заинтересованность является первым шагом к полной реализации этапа мотивации. К каждому студенту необходим индивидуальный подход.

В современных условия мотивация студентов начинается от двигательнo-деятельностных до культурологических мотивов. В режиме дистанционного обучения и самоизоляции необходимо задать условия для самостоятельной мотивации каждого студента, поскольку контроль за выполнением физических упражнений и его качеством ослабляется. Таким условием может являться система заданий по дисциплине подобной физической культуры. Рассмотрим разработанную модель системы заданий для студентов, изображенную на рис. 1.

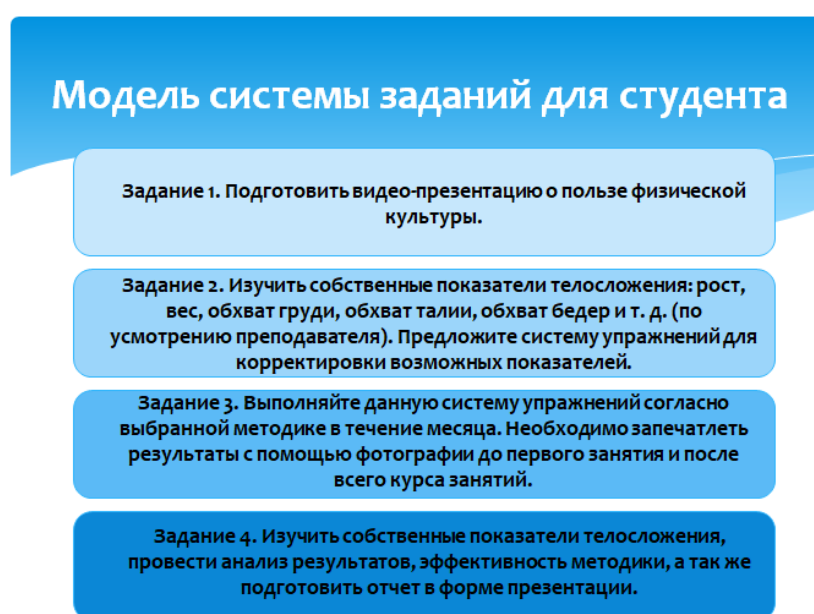


Рис. 1. Модель системы заданий

Комментарии к первому заданию со стороны преподавателя могут быть следующие: о рассмотрении несколько аспектов, включая пользу физической культуры для умственной работоспособности. По результатам второго задания студенты должны предоставить систему упражнений нацеленных на корректировку индивидуальных показателей. После одобрения или корректировки самой системы упражнений, предлагается задание 3. Задание 4 является результативным показателем по проделанной работе. Стоит отметить, что необходимо при отрицательном результате обосновать причину такого показателя. Важно отметить для студента, что измеряются те же показатели, на которые и направлена методика.

Данную систему заданий можно предоставить на развитие физических качеств, как по самостоятельному выбору студентов, так и по определенной направленности по выбору преподавателя. Таким образом, студенты будут заинтересованы в физической активности с целью сохранения и укрепления, а также самосовершенствования и достижения собственно идеала.

Список литературы

1. Психология физической культуры: учебник / под общ. ред. Б.П. Яковлева, Г.Д. Бабушкина. – М.: Спорт, 2016. – 624 с.

2. Актуальные проблемы физической культуры и спорта: Сборник научно-методических трудов профессорско-преподавательского коллектива, аспирантов, соискателей и студентов / под ред. Т.К. Ким, Г.А. Кузьменко; Московский педагогический государственный университет, Факультет физической культуры. – М.: Прометей, 2013. – 230 с. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=240539>