

Антонова Екатерина Юрьевна

студентка

Бондаренко Юлия Андреевна

студентка

Проскурина Елена Федоровна

преподаватель

Южно-Российский институт управления (филиал)
ФГБОУ ВО «Российская академия народного хозяйства
и государственной службы при Президенте РФ»
г. Ростов-на-Дону, Ростовская область

МОТИВАЦИЯ СТУДЕНТОВ – РЕШАЮЩИЙ ФАКТОР ПРИ ЗАНЯТИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В ВУЗЕ

***Аннотация:** в данной статье рассматриваются проблемы мотивации студентов в рамках занятия физической культурой в вузе. Проанализированы основные мотивы, которые влияют на вовлеченность студентов в спорт и физическое воспитание. Выявлена и обоснована необходимость преподавания данной дисциплины как в гуманитарных, так и технических вузах.*

***Ключевые слова:** двигательный голод, мотивационная природа, самостроительство, мотивационно-ценностная система.*

В последнее время все чаще слышим, что будущее страны – молодежь. Проблема сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения была и остается одной из важнейших проблем человеческого общества, так как от нее зависит будущее. Сегодня несмотря на то, что ЗОЖ стал достаточно популярным, мы видим лишь призывы быть здоровым, а социальная среда и реальная практика свидетельствуют об ухудшении здоровья молодежи, обострении сердечно-сосудистых заболеваний и других хронических и инфекционных заболеваний, а также современный уровень урбанизации, научно-технического прогресса, комфорта является причиной хронического «двигательного голода».

Очевидно, что студенчество, особенно на начальном этапе обучения, является наиболее уязвимой частью молодежи, т.к. сталкивается с рядом трудностей, связанных с увеличением учебной нагрузки, невысокой двигательной активностью, относительной свободой студенческой жизни, проблемами в социальном и межличностном общении. Нынешние студенты – это основной трудовой резерв нашей страны, это будущие родители, и их здоровье и благополучие является залогом здоровья и благополучия всей нации. В связи с этим огромную роль играет изучение мотивов, интересов и потребностей современной молодежи в занятиях физическими упражнениями.

Мотивация к занятиям физической культурой – это особенная организация личности, цель которой достижение оптимальной физической формы, повышение уровня работоспособности, улучшение состояния здоровья. Важно отметить, что главную роль имеет система мотивации к физическим занятиям, которая представляет собой многоступенчатый процесс формирования интереса к занятиям физкультурой.

Важно отметить, что система физического воспитания в условиях вуза проявляет себя в трех основных направлениях:

Во-первых, определяет способность к саморазвитию, отражает направленность личности «на себя», что обусловлено ее социальным и духовным опытом, обеспечивает ее стремление к творческому «самостроительству», самосовершенствованию.

Во-вторых, физическая культура – основа самостоятельного, инициативного самовыражения будущего специалиста, проявление творчества в использовании средств физической культуры, направленных на предмет и процесс его профессионального труда.

В-третьих, она отражает творчество личности, направленное на отношения, возникающие в процессе физкультурно-спортивной, общественной и профессиональной деятельности, то есть «на других».

Анализ социологических опросов среди студентов показывает, что у около 30% студентов отсутствует мотивация к занятиям по физической культуре

вообще, но среди 70% студентов определились некоторые группы мотивов, к которым можно отнести:

1. Оздоровительные – наиболее важные и актуальные среди студентов мотивы, суть которых в профилактике болезней и их лечении (лечебная физкультура) и укреплении здоровья.

2. Двигательно-деятельностные – не менее важная группа мотивов, значение их определяется изменением деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

3. Соревновательно-конкурентные – определяются стремлением студентов улучшить собственные спортивные достижения, кроме того, наличие соперников придают еще больший стимул к победе.

4. Эстетические – мотивы, которые основаны на внутренних мотивах, в частности, улучшение внешнего вида, чтобы добиться какой-то реакции окружающих (тесно связано с понятием «моды» на ведение ЗОЖ).

5. Коммуникативные – мотивы, которые базируются на коммуникации студентов с другими студентами во время занятий спортом и физической культурой.

6. Познавательные-развивающие – группа мотивов, которые побуждают к физическим занятиям, чтобы узнать свой организм, его возможности и недостатки, преодоление лени тоже выступает тут некоторым стимулом.

7. Творческие – группа мотивов, суть которой состоит в том, что через познание огромных ресурсов собственного организма при занятиях физическими упражнениями личность начинает искать новые возможности в своем духовном развитии, проявляя некоторое творчество.

8. Профессионально-ориентированные – группа мотивов, ориентированных на профессионально важные качества студентов различных специальностей, для повышения уровня их подготовки к предстоящей трудовой деятельности.

9. Воспитательные, направлены на развитие самоконтроля, самоуверенности и самоорганизации, физические упражнения воспитывают дисциплину и силу воли личности студента.

10. Психолого-значимые – физические нагрузки положительно влияют на психическое состояние подрастающей молодежи, в особенности обучающейся: обретение уверенности в себе; снятие эмоционального напряжения; предупреждение развития стрессовых состояний; отвлечение от неприятных мыслей; снятие умственного напряжения; восстановление психической работоспособности.

Итак, мы видим, что большая часть студентов имеет мотивы и активно занимается физическими занятиями. Стоит отметить, что физическая культура является обязательной дисциплиной во всех государственных высших учебных заведениях, будь то гуманитарный или технический вуз. Некоторые учебные заведения разрабатывают мотивационно-ценностную систему, направленную на повышение активности в занятии физической культурой (направляют студентов на, различного рода, соревнования, устраивают спортивные олимпиады между вузами, поощряют спортивные достижения повышенной стипендией и другими привилегиями, и многое другое). Следовательно, самую значимую часть имеет подход вуза к мотивированию студентов, именно им разрабатывается система мотивации, санкции (положительные и отрицательные), механизмы воздействия и координации, методическое обеспечение, преподавательский состав, индивидуальный подход (общая и специальная физическая культура).

Список литературы

1. Горшков А.Г. Физическая культура и здоровый образ жизни студента / А.Г. Горшков, М.Я. Виленский. – Гардарики, 2007.
2. Дуркин П.К. Формирование у школьника устойчивого интереса к занятиям спортом // Теория и практика физической культуры. – 1995.
3. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. – СПб.: Питер, 2000.
4. Ильинич В. Физическая культура студента. – Гардарики, 2007.