

УДК 378.662.015.3:005.32:796(476.2)

МОТИВАЦИЯ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ГОМЕЛЬСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ ТЕХНИЧЕСКОМ УНИВЕРСИТЕТЕ ИМ. П. О. СУХОГО

Пунтус В. А., Невзорова Ю. С., Медведева Г. И.

УО «Гомельский государственный технический университет им. П. О. Сухого»

г. Гомель, Республика Беларусь

В настоящее время у студентов наблюдается невысокая мотивация к занятиям физической культурой, которая проявляется в пропусках занятий, в неосознанном выполнении упражнений, в посещении занятий только для получения «зачтено» в зачетной книжке.

Цель исследования – изучить интересы учащейся молодежи в сфере физической культуры и спорта, разработать методы стимулирования мотивации к занятиям физической культурой.

Главным компонентом для успешного выполнения любой деятельности, в том числе и физкультурно-спортивной, является мотивация.

Мотивация – процесс формирования и обоснования намерения что-либо сделать или не сделать. Мотивация к физической активности – особое состояние личности, направленное на достижение оптимального уровня физической подготовленности и работоспособности.

Мотивационная направленность студентов, а также физическое состояние, физиологические особенности на основе медицинского осмотра, профессиональная ориентация влияют на содержание программы по физической культуре.

В сентябре 2014 г. был проведен опрос 40 студентов в ГГТУ им. П. О. Сухого, в результате которого были заданы вопросы: «Занимаются ли студенты в свободное время физической культурой или спортом?», «Способствует ли занятие по физической культуре в вузе к повышению интереса и физической подготовки студентов в свободное от учебы время?» После обработки полученной информации выяснилось, что занимаются физической культурой в свободное время 22 человека (55%).

Для повышения мотивационной сферы студентов необходимо осуществлять поиск новых организационных форм, средств и методов, позволяющих более эффективно реализовывать физическую культуру в вузах, и учитывать внутреннюю позицию самой личности.

В течение учебного семестра проводились теоретические минутки и занятия в форме коллективных и индивидуальных бесед, позволяющие оценить свои возможности, а также помочь студенту с выбором направленности занятий по физической культуре. План тем составлялся в зави-

симости от интересующих вопросов учащихся: о развитии определенных мышечных групп, благодаря физическим упражнениям; о дозировке и интенсивности выполнения, об оздоровительных системах физической культуры, о режиме дня и т.д. Наиболее сильной мотивацией молодежи к занятиям физическими упражнениями является возможность укрепления своего здоровья, профилактика заболеваний и формирование своей телесности. Последнее обстоятельство в значительной мере вызвано модными в молодежной среде средствами массовой информации, пропагандирующими культ тела.

Выполнение специальных физических упражнений для мышц всего тела и зрительного аппарата после учебных пар по специальности значительно повышает эффективность умственной деятельности, увеличивает концентрацию внимания, что было отмечено студентами, которые осознанно относились к этому делу.

Очень важно, чтобы образовательное учреждение способствовало, прежде всего, коммуникативной культуре, т.к. занятия физической культурой с группой (например, оздоровительная ходьба, велоспорт, фитнес) являются одной из значительных мотиваций к посещению занятий и спортивных сооружений в свободное от учебы время. Коммуникативные мотивы формируют уверенность во взаимоотношениях с людьми, умение хорошо говорить и легко выражать свои мысли, иметь собственное мнение.

При регулярных и осознанных занятиях человек познает свой организм, свои возможности, а затем и улучшает их с помощью средств физической культуры и спорта. Это основано на желании победить себя, свою лень, что является основой для достижения поставленных целей.

Занятия физической культурой и спортом дают неограниченные возможности для развития и воспитания обучающейся творческой личности. Через познание огромных ресурсов собственного организма при занятиях физическими упражнениями личность начинает искать новые возможности в своем духовном развитии, развиваются навыки самоподготовки и самоконтроля.

Ведущими факторами, стимулирующими интерес студентов, являются улучшение качества и содержания занятий по физической культуре. Необходимо создавать ситуации-стимулы, благоприятно воздействующие на развитие личности для проявления учебного любопытства со стороны студентов, педагогические усилия по сближению субъективных желаний занимающихся с объективными задачами физического воспитания. Это складывается из эффективности и целенаправленности занятий, физической нагрузки, самостоятельности, требовательности, индивидуального подхода, хорошей организации, личности преподавателя, его заинтересованно-

сти в работе и отношения к занимающимся, динамичности, эмоциональности, новизны упражнений. Обеспеченность спортивным инвентарем, хорошее оборудование мест занятий, встречи с ветеранами спорта, выдающимися спортсменами, популярные лекции, физкультурно-массовые мероприятия играют для них большую роль в формировании интересов. Когда студенты видят и ценят достигнутые результаты, испытывают удовольствие от самой деятельности, переживают радость от познания нового, у них укрепляется вера в возможности физического совершенствования.

Результаты опроса, который был проведен среди студентов в конце учебного семестра, изменились по сравнению с сентябрем. Число студентов, занимающихся физической культурой в свободное от учебы время, увеличилось на 4 (10%) человека и составило 27 из 40 (65%).

После изучения результатов можно сделать выводы о том, что положительные эмоции, оставшиеся у студента от занятий в дружном, сплоченном коллективе, где доминировали схожие интересы, влияют на посещаемость занятий в вузе и занятиями физической культурой в свободное время.

ЛИТЕРАТУРА

1. Виленский, М. Я. Физическое воспитание в целостной системе профессиональной готовности выпускника высшей школы / М. Я. Виленский // Здоровый образ жизни и физическая культура студентов: социологические аспекты: сб. науч. тр. – М.-Харьков, 1990. – С. 44-47.
2. Любимова, Ю. В. Мотивация и ценностные ориентации в педагогическом общении на занятиях по физической культуре / Ю. В. Любимова. – Спб.: СПбГАФК, 2004. – 22 с.
3. Ильин, Е. П. Психология физического воспитания. - Санкт-П.: 2002 г.
4. Кошелева, Е. А. Организационно-методические условия построения процесса физического воспитания в вузе, как фактор формирования мотивации студентов к занятиям физической культурой / Е. А. Кошелева // Физическое воспитание студентов. – 2012. –№ 3. – С. 70-73.
5. Макаренко, В. К. Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом / В. К. Макаренко // Известия ПГПУ им. В.

УДК: 378.663.037:796.035(476.6)

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В УЧРЕЖДЕНИИ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Рахматов Ю. К., Марчук А. Н., Семенчук Н. А.

УО «Гродненский государственный аграрный университет»
г. Гродно, Республика Беларусь