

Чернова Елена Дмитриевна,

старший преподаватель,

ФГБОУ ВО «Тольяттинский государственный университет»,

г. Тольятти, Самарская область, Россия

МОТИВАЦИЯ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

Статья посвящена проблеме понимания формирования мотивов спортивной деятельности у студентов. Автор рассматривает группу психолого-педагогических обстоятельств, которые эффективно влияют на развитие мотивационно-ценностного отношения студентов к занятиям физической культурой.

Ключевые слова: мотивация, студенты, физическая культура, здоровье, движение, занятия, обучение, метод.

Elena D. Chernova,

senior tutor,

Togliatti State University,

Togliatti city, Samara Region, Russia

MOTIVATION OF STUDENTS TO ENGAGE IN PHYSICAL CULTURE LESSONS

The article is devoted to the issue of ability by students to understand the mechanism of motivation for they physical culture exercises.

The author presents his point of view and examines a group of psychological and pedagogical circumstances, which effectively influence the development of motivational-value attitude of students to engage in physical culture lessons.

Key words: motivation, students, physical culture, health, movement, lessons, study, training, exercises, method.

Вопрос сохранения и поддержания здоровья растущего поколения всегда существовал и остаётся одной из основных проблем современного сообщества. В настоящее время существуют лозунги, которые призывают нас находиться в отличной форме, но, как показывает практика, самочувствие подрастающего поколения меняется вовсе не в лучшую сторону: в условиях научно-

технического прогресса наша двигательная активность находится на минимальном уровне.

Студенты, особенно начальных курсов, больше подвержены таким проблемам, как высокие учебные нагрузки; движение, сведенное к минимуму; сравнительная независимость жизни студентов; трудности в общественном и межличностном общении.

Современные учащиеся – это будущее нашего государства, от их состояния зависит благосостояние целой цивилизации. В связи со значимостью данной проблемы, необходимо понять, как замотивировать студентов к занятиям спортом.

Целью данной статьи является понимание формирования мотивов к спортивной деятельности у студенчества. В соответствие с целью была поставлена следующая задача – определить группу психолого-преподавательских обстоятельств с целью эффективного развития мотивационно-ценностного взаимоотношения учащихся с занятием спортом.

В целом, мотивация к спорту – особое состояние личности, направленное на достижение оптимального уровня физической подготовленности и работоспособности. История роста интереса к занятиям физической культурой формировалась на протяжении многих лет: от простых познаний о гигиене – до углубленных психофизиологических особенностей человеческого организма и концепций развития физической активности. Наговицын Р.С. пишет: «В процессе изучения профессиональной литературы обнаружены основные категории мотивов к занятиям физической культурой в высших учебных заведениях: оздоровительные, двигательно-деятельностные, соревновательно-конкурентные, эстетические, коммуникативные, познавательные-развивающие, творческие, профессионально-ориентированные, воспитательные, культурологические, статусные, административные и психолого-значимые» [3].

Оздоровительные мотивы. Более мощной мотивацией молодого поколения к занятиям спортом представляется поддержание собственного самочувствия и предупреждение болезней. Полезное влияние оздоровительных

процедур общеизвестно издавна, но не менее актуально и в настоящее время. С одной стороны, соответствие принципам здорового образа жизни снижает вероятность возникновения болезней, а с другой стороны – широко известна целительная сила спорта при уже существующих заболеваниях.

Двигательно-деятельностные аргументы. В связи с монотонностью физического труда показатели производительности значительно снижаются. Постоянное осуществление интеллектуальной работы приводит к снижению процента восприятия данных, к росту разного рода погрешностей. Осуществление специализированных спортивных процедур с целью разгрузки мышц туловища и визуального аппарата в разы увеличивает результативность отдыха, нежели пассивная релаксация, только помимо этого в ходе спортивных разминок можно получить наслаждение в ходе самого процесса.

Соревновательно-конкурентный тип мотивации базируется на желании усовершенствовать свои физические свершения. Все исторические события выстраивались в атмосфере соперничества, конкурентной борьбы. Желание одержать победу в соревнованиях – одна из сильнейших мотиваций к интенсивным занятиям спортом.

Эстетическая мотивация учащихся высших учебных заведений к занятиям спортом состоит в усовершенствовании наружности и восхищении сверстников. Эта категория непосредственно сопряжена с формированием «моды» в обучении физической культурой.

Коммуникативные аргументы. Занятия спортом с командой соратников со схожими интересами являются еще одной значимой мотивацией для посещения секций. Командное обучение спортивным навыкам способствует развитию коммуникации в различных слоях общества.

Познавательно-развивающая мотивация непосредственно сопряжена с порывом постичь собственное тело, собственные способности, а потом и усовершенствовать их при помощи спортивных занятий. Данная мотивация значительно схожа с соревновательной мотивацией, однако базируется на стремлении одержать победу над самим собой, ломая в первую очередь себя, а

никак не конкурента. Она состоит в стремлении использовать до предела физиологические способности собственного организма, усовершенствовать собственный уровень спортивной подготовки.

Творческие мотивы. Обучение спортивным навыкам предоставляет безграничные способности для формирования в студентах творческой персоны. При помощи изучения ресурсов своего организма также раскрывается и индивидуальность человека, открываются новые стороны и способности, таланты.

Профессионально-ориентированные мотивы. Данная мотивация сопряжена с созданием спортивных занятий, направленных на наиболее значимые особенности учащихся разных профессий, с целью увеличения степени их подготовки к будущей работе. В процессе таких занятий студент психологически будет подготовлен к предстоящей трудовой деятельности.

Административные мотивы. Занятия физиологической культурой неотъемлемы в вузах РФ. Для контроля итогов спортивной деятельности существует концепция зачётов по дисциплине «Физическая культура». Во избежание конфликтов с преподавателем и для успешного завершения учебного семестра студенты стараются вовремя получить зачёт по данной дисциплине.

Психолого-значимые мотивы. Занятия спортом благоприятно воздействуют на психику растущего поколения, особенно можно отметить следующие факторы: рост уверенности в себе; устранение психологической неуравновешенности; предотвращение состояний напряжения; абстрагирование от малоприятных мыслей и многое другое. Некоторые типы упражнений представлены как орудие ликвидации негативных чувств.

Воспитательные мотивы. Спортивные навыки формируют такие личностные качества, как подготовка и контроль самого себя. Регулярные тренировки способствуют формированию таких нравственных качеств, как сила воли, патриотизма и гуманность.

Статусные мотивы. Последствия формирования выносливости у растущего поколения – это рост их жизненной стойкости. Рост лидерских качеств при конфликте, где не избежать физического вмешательства, где необходимо «дать отпор», очевиден. Это так же стимулирует к спорту подрастающее поколение.

Культурологическая мотивация напрямую связана с ролью СМИ в современном обществе. Их воздействие на общественные понятия формируют приверженность к занятиям спортом, рождает симпатию к данному виду деятельности.

Для удачного формирования мотивационно-ценностного отношения студентов к физической культуре в высших учебных заведениях, которое ориентировано на выполнение цели, стоящей перед предметом «Физическая культура», были разработаны психолого-педагогические условия, которые представлены Наговицыным Р.С.

Наговицын Р.С. [3] утверждает:

1. Улучшение ценностного отношения к физическому воспитанию возможно:

а) на базе применения дифференцированного подхода на учебных занятиях, исполняемого на базе изучения мотивации студентов и комплексной диагностики личностных и индивидуальных свойств учащихся, позволяющих определить их предрасположенность к овладению определенными видами физкультурно-спортивной деятельности, системы физического обучения либо видов спорта;

б) на базе деятельностного подхода, проявляющегося во включении всех учащихся в разные виды физкультурно-спортивной деятельности; каждый учащийся ВУЗа получит возможность отыскать область деятельности, в большей степени подходящую его физическому развитию, интересам, и предрасположенностям.

2. Достижение наибольшего соответствия меж структурой физкультурно-спортивной деятельности в университете и направленностью,

содержательностью процесса профессионализации, выражающегося в подготовке учащегося к грядущей профессиональной деятельности. Обеспечение взаимосвязи физиологического воспитания с профориентацией индивида, направленной на ценностное понимание занятий физической культурой как одного из способов удачного исполнения социальных и профессиональных функций.

3. С целью удовлетворения потребностей занимающихся физической культурой следует учесть специальные индивидуальности изучения предмета «Физическая культура» в отличие от других дисциплин в университетах. В связи с этим приобретает надобность проведения занятий физическими упражнениями во внеучебное время и во второй половине дня.

4. Для интенсификации процесса физического воспитания в институте нужно увеличение занятий физкультурой за счёт вовлечения учащихся в секции спортивного клуба института. Регулярные занятия физической культурой и спортом содействуют функциональному формированию культуры человека.

5. Содержание психолого-педагогических воздействий и ситуаций на базе плодотворного педагогического взаимодействия (тренер-педагог – учащийся ВУЗа), при выполнении теоретических и практических упражнений, на научно-методических семинарах и конференциях, активизирует у учащихся переоценку бывшего мотивационного отношения к занятиям физической культурой. Посредством расширения спектра знаний о физкультурно-спортивной деятельности, её ценностного предназначения для индивида и общества возможно смещение акцентов у учащихся с традиционной административной направленности физкультурно-оздоровительной деятельности на её оздоровительный, воспитательный, просветительный и профессионально-развивающий потенциал.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Виленский М.Я. Формирование физической культуры личности учителя в процессе его профессиональной подготовки: дис. ... д-ра пед. наук в форме науч. доклада. – М., 1990. – 84 с.

2. Лотоненко А.В. Педагогическая система формирования у студенческой молодежи потребностей в физической культуре: автореф. дис. ... д-ра пед. наук. – Краснодар, 1998. – 39 с.
3. Наговицын Р.С. Мотивация студентов к занятиям физической культурой в вузе // *Фундаментальные исследования*. – 2011. – № 8-2. – С. 293-298.
4. Слостенин В.А. Педагогика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. завед. – М.: Академия, 2007. – 567 с.
5. Ценностно-мотивационные ориентации студентов вузов в современной России (К проблеме мониторинга качества образования): сб. статей под ред. науч. пед. проф. И.А. Зимней. – М., 2000. – 88 с.