

**Л. А. Глебова**

УО «Мозырский государственный педагогический университет имени  
И. П. Шамякина», г. Мозырь, Республика Беларусь

## **МОТИВАЦИЯ К ЗАНЯТИЯМ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ У СТУДЕНТОВ НЕПРОФИЛЬНЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ**

Важным составляющим сохранения здоровья людей является физическая активность. Она влияет на деятельность, ценностные ориентации поведения, физическое, психологическое, социальное состояние общества в целом.

Государственным образовательным стандартом учебная дисциплина «Физическая культура» включена в обязательный компонент учебных планов студентов всех специальностей. Основная задача данной дисциплины состоит в том, чтобы формировать мотивационно-ценностное отношение к физической культуре, потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями и видами спорта; использовать средства физической культуры и спорта для профилактики заболеваний, психического благополучия, развития и совершенствования качеств и свойств личности; формировать знания научно-биологических, методических и практических основ физической культуры и здорового образа жизни.

Одной из актуальных задач кафедры физического воспитания в высших учебных заведения является воспитание положительного отношения к физическому воспитанию и спорту. Занятия физической культурой и спортом осуществляются под воздействием определенных стимулов, потребностей, а именно, ценностных ориентаций, убеждений, идеалов и интересов, которые и образуют мотивационную сферу.

Физкультурно-оздоровительная и спортивная активность студенческой молодежи в большей степени зависит от сформированности у них мотивов занятий физической культурой.

Мотив – это то, что характеризует деятельность, что побуждает именно деятельность, известные виды деятельности или отдельный конкретный вид деятельности. [3]

Термин «мотивация» представляет более широкое понятие, чем термин «мотив». В современной психологии он имеет двоякий смысл: обозначает систему факторов, детерминирующих поведение (сюда входят и потребности, и мотивы, и цели, и стремления, и много другое), и характеристику процесса, который стимулирует и поддерживает поведенческую активность на определенном уровне. Мотивацию, таким образом, можно определить как совокупность причин психологического характера, объясняющих поведение человека, его начало, направленность и активность [4].

Мотивация – процесс формирования и обоснования намерения что-либо сделать или не сделать.

Сформированное обоснование своего поступка, действия – мотив, внутреннее состояние личности, которое определяет и направляет ее действия в каждый момент времени.

Мотивация к физической активности – особое состояние личности, направленное на достижение оптимального уровня физической подготовленности и работоспособности [5].

Мотивационный компонент отражает позитивное эмоциональное отношение к физической культуре, сформированную потребность в ней, систему знаний, интересов, мотивов и установок, волевых усилий, направленных на практическую и познавательную деятельность.

Существенным компонентом содержания физического воспитания является обогащение учащихся системой знаний о сущности и общественном значении физкультуры и спорта и их влияние на всестороннее развитие личности. Такие знания расширяют кругозор умственный и нравственный, повышают общую культуру учащихся. Вместе с тем, большое значение имеют знания о психофизиологических механизмах воздействия физкультуры и спорта на формирование личности, укрепление его здоровья и развитие физических задатков и способностей. [1]

Жизнь требует перестройки всей работы по физическому воспитанию. Это овладение двигательными упражнениями, умениями и навыками, получение новых знаний о своем теле и его возможностях, уверенность в том, что каждое занятие приносит пользу организму, формирует стройную осанку, приносит положительные эмоции. [2]

Нами было проведено анкетирование по изучению мотивации к занятиям по физической культуре у студентов непрофильных специальностей. Анкета содержала два блока вопросов. Первый блок содержал вопросы, касающиеся интереса к спорту до учёбы в университете, второй блок - непосредственно во время учёбы. В анкетировании принимали участие студенты филологического факультета 1-3 курса (всего 116 человек). В ходе опроса были получены следующие результаты:

На вопрос «Нравятся ли Вам занятия по физической культуре» - 12 % опрошенных ответили отрицательно, 20% - очень любят, 68 % - удовлетворительно. Лишь 20 % студентов не уделяют время физическим нагрузкам вне университета. 87 % удовлетворены профессиональной компетенцией преподавателей университета, что свидетельствует о высоком уровне профессионализма педагогического состава кафедры физического воспитания. 63 % анкетированных не любили занятия по физической культуре в школе. Изучая динамику интереса студентов филологического факультета к занятиям физической культурой, мы выяснили, что с возрастом они изменяются. В школе они носят ситуационный характер, во многом определяются ближайшей информацией, полученной от педагогов и родителей, поскольку воспринимаются как неоспоримая истина, и они не могут быть неверными в понимании ребенка. В университете интерес к физической культуре значительно вырос. На вопрос «Чего не хватает на занятиях по физической культуре» 54 % ответили - самостоятельных занятий по интересам, 12 %- спортивных игр, 4%- общеразвивающих упражнений. 65 % опрошенных удовлетворены занятиями и не хотели бы что-либо менять, 29 % - хотели бы больше времени проводить на свежем воздухе. Однако 19 % опрошенных посещают занятия по физической культуре только ради зачета (как правило, это студенты с недостаточным уровнем физической подготовленности).

В целом, можно сказать, что физическая подготовка и мотивированность студентов заниматься физической культурой более, чем удовлетворительная, что не может не радовать. Этому способствуют многие факторы, но в первую очередь заинтересованность и профессионализм преподавателей.

### Литература

1. Агеевец, В.У. Организация физической культуры и спорта / В. У. Агеевец. – М. : ФКиС, 1986. - 184 с.
2. Зимкин, Н.В. Физиология человека / Н.В. Зимкин. – М. : ФКиС, 1975. - 60 с.
3. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность./ А.Н. Леонтьев. – М., 1975. – 465 с.

4. Немов, Р.С. Психология: учебник для высших педагогических учебных заведений. В 3 кн. Кн. 1. / Р.С. Немов.. – М.: ВЛАДОС, 1997. – 651 с.

5. Родионов, А.В. Психология физического воспитания и спорта: учебник для ВУЗов / А.В. Родионов – М.: Академический Проект, 2004. – С. 16-36.

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф. СКОРИНЫ