

СПОСОБЫ МОТИВИРОВАНИЯ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

В настоящее время возросло понимание физической культуры как общественной и индивидуальной ценности, что позволяет сформировать новые тенденции в развитии общественного мнения и личностных мотиваций к освоению ценностей физической культуры всеми и каждым.

Актуальность исследования обусловлена тем, что физическая культура студентов представляет собой неразрывную составную часть высшего гуманитарного образования. Она выступает качественной и результирующей мерой комплексного воздействия различных форм, средств и методов на личность будущего специалиста в процессе формирования его профессиональной компетенции. Материализованным результатом этого процесса является уровень индивидуальной физической культуры каждого студента, его духовность, уровень развития профессионально значимых способностей.

Цель: выявить способы мотивирования студентов для занятия физической культурой на базе вузов.

Для достижения поставленной цели были выявлены, определены задачи:

- изучить литературу по проблеме исследования.
- выявить способы мотивирования студентов для занятия физической культуры.

Для решения задач использовался метод анализа и синтеза литературы по проблеме исследования.

Мотивация – процесс формирования и обоснования намерения что-либо сделать или не сделать. Сформированное обоснование своего поступка, действия – мотив. Это внутреннее состояние личности, которое определяет и направляет ее действия в каждый момент времени [1].

Анализ проведенного исследования на основе анкетирования и педагогических наблюдений позволили сделать следующие обобщения:

- 1) Студенты не отрицают значения физической культуры в формировании здорового образа жизни, но в то же время наблюдается спад интереса к занятиям, связанным активной двигательной деятельностью.
- 2) Довольно большое количество студентов (около 25%) вообще не видит смысла в занятиях СПС из-за отсутствия выбора видов спорта. В связи с этим многие студенты занимаются самостоятельно тем видом спорта, которым им кажется более предпочтительным.
- 3) Наиболее выраженным фактором, снижающим активность студентов в физкультурно-оздоровительной деятельности, является отсутствие свободного времени и нежелание заниматься.
- 4) Основные причины невнимания к собственному здоровью обучающиеся видят в "нехватке времени", "нехватке средств", "отсутствие силы воли", "неумение организовать режим дня [3].

Физкультурная деятельность студентов вузов имеет следующую классификацию побуждающих мотивов:

- внутренние мотивы, связанные с удовлетворением процессом деятельности (эмоциональность, новизна, динамичность, любимые упражнения и т.д.);
- внешние положительные мотивы, основанные на результатах деятельности (приобретение знаний, умений, навыков, активный отдых и т.д.);
- мотивы, связанные с перспективой (укрепление здоровья, развитие физических качеств, коррекция фигуры и т.д.);
- внешние отрицательные мотивы (страх перед насмешками из-за неумения выполнять какое-либо движение, получить низкую отметку и т.д.).

Однако наиболее важным мотивом для решения основных задач физического воспитания является укрепление здоровья, важны также подкрепляющие его мотивы: обеспечить потребность в движении; приобрести дополнительные знания, умения и навыки; улучшить работоспособность и двигательные качества; расширить свои физические возможности с целью улучшения качества жизни.

На формирование оптимального мотивационного комплекса к занятиям физической культурой влияют: следование в обучении принципу сознательности, использование проблемных задач, психологический комфорт, демократический стиль общения, ситуация выбора, учет предпочтения занятий физическими упражнениями с игровой направленностью, повышение личностной значимости учебно-физкультурной деятельности, соревновательная деятельность [2].

Из этого следует, что нужно разнообразить занятия по физической культуре посредством включения в программу высших учебных заведений игрового и соревновательного методов, нетрадиционных видов физической культуры, которые позволят в процессе физической деятельности каждому студенту реализовать собственные потребности в движении. Вместе с тем, большое значение имеет донесение до студентов взаимосвязи занятий физической культурой с главными объектами заботы о физическом состоянии, приоритетными ценностями здорового образа жизни. Это все в целом поможет сформировать у студенческой молодежи потребность заниматься физкультурной деятельностью на протяжении всей последующей жизни, осознать, что это необходимо в их дальнейшей профессиональной деятельности.

Литература

1. Барановская, Д.И. Роль физкультурных занятий в формировании мотивации к занятиям физической культурой студенческой молодежи / Д.И. Барановская, В.И. Врублевская // Актуальные проблемы оздоровительной физической культуры и спорта для всех на современном этапе: матер. VIII Междун. науч. сессии по итогам НИР за 2004 г. - Минск: БГУФК, 2005. - С. 13-16.
2. Ильин, А.А. Формы и способы мотивации студентов к занятиям физической культурой/А.А. Ильин, К.А. Марченко, Л.В. Капилевич, К.В. Давлетьярова // Вест. Томского государственного университета. Психология и педагогика. -2012.- С. 143-144.
3. Репозиторий Полесского государственного университета[Электронный ресурс].-Режим доступа:<http://rep.polessu.by/bitstream/112/7586/1/83.pdf> - Дата доступа: 02.06.2014.

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф. СКОРИНЫ