

ТРОФИМУК Т.А., МИШКЕВИЧ Е.Д., машиностроительный факультет,
гр. П-340, Брест, БрГТУ.
Научный руководитель – Козулько А.Н., доцент кафедры ФВиС,
БрГТУ, Брест

ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ К ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМ ЗАНЯТИЯМ

Введение. В системе образования молодежи возрастающее значение имеет физическое воспитание. Физическая культура как часть общей культуры направлена на развитие физического и психофизиологического потенциала человека, повышение его работоспособности, социальной и творческой активности[2]. Роль физической культуры в оздоровлении общества возрастает в связи с имеющейся тенденцией к снижению уровня здоровья и физической подготовленности учащихся, растущей угрозой употребления молодежью наркотиков и алкоголя, переносом ее интересов с духовных ценностей на материальные, увлеченностью компьютерными играми с элементами агрессии, жестокости, низкопробной культуры [1,3].

Цель работы – изучение и анализ мотивации к физкультурно-оздоровительным занятиям у студентов Брестского государственного технического университета.

Методы исследования. Основными методами исследования физического развития являются: анализ и обобщение литературных данных; анкетирование; математическая статистика.

Результаты и их обсуждение. Для наиболее точного определения мотивации к физкультурно-оздоровительным занятиям у студентов было проведено исследование. В анкетировании приняли участие 82 студента строительного факультета 2 курса специальности ПГС, из них 40 девушек и 42 парня. После обработки полученных результатов анкетирования, были получены следующие данные.

Большинство студентов второго курса оценивают состояние своего здоровья как хорошее – 65% (53 человека), остальные 35% считают свое здоровье нормальным (29 человек). На вопрос «Имеете ли Вы вредные привычки?» отрицательно ответили 35% студентов (29 человек). Остальные 65% дали ответ «да, курю / употребляю спиртные напитки» (53 человека). Следующим был задан вопрос о питании. Он предполагал возможность выбора нескольких вариантов ответа. Полноценным свое питание назвали 21% респондентов (17 человек), сбалансированным – 24% (20 человек). Регулярно питаются 42,2% (25 человек); 66,3% (54 человека) считают, что питаются рационально. В вопросе об источниках и степени информированности о влиянии физической культуры на организм человека, который также предполагал возможность нескольких вариантов ответа, 71% студентов (58 человек) указали, что ознакомлены о влиянии физической культуры на организм человека из интернета, 29% – от преподавателей

(24 человека). Регулярно занимаются физической культурой в свободное время 30% студентов (25 человек), самостоятельно занимаются 12% студентов (10 человек), 24% студентов (20 человек) не видят для себя необходимости в занятиях. Остальные 34% (27 человек) не занимаются по субъективным причинам, осознавая, однако, значение занятий. Студенты, не занимающиеся физической культурой систематически (47 человек), среди причин, препятствующих этому, в большинстве своем отметили нехватку денежных средств и материально-технического обеспечения – 40% (19 человек) и усталость, нежелание заниматься – 30% (14 человек). Также 30% (14 человек) отметили отсутствие навыков и привычки заниматься. Результаты говорят об общей загруженности студентов и недостатке денежных средств на дополнительные занятия в зале. Это связано, прежде всего, с отсутствием бесплатных занятий в секциях по видам спорта. На вопрос: «Какие дополнительные занятия оздоровительной направленности вы предпочитаете?» (вопрос также предполагал возможность нескольких вариантов ответа) подавляющее большинство девушек ответили, что предпочитают нетрадиционные виды занятий физической культурой – 80% (32 человека). Молодые люди предпочитают силовую атлетику 71% (30 человек). Так же большой интерес студенты проявили к туристическим походам и слетам 40% (33 человека). Доминирующей мотивацией в занятиях физической культурой девушки назвали желание улучшить фигуру, осанку, похудеть 70% (28 человек); из второстепенных мотиваций ведущее место занимает желание укрепить здоровье 20% (8 человек) и 10% (4 человека) – удовлетворение двигательного голода, желание поиграть, подвигаться. У юношей доминирующей также является мотивация улучшения фигуры, наращивания мышечной массы 57% (24 человека).

Вывод. На основании изучения и обработки нашего исследования оказалось, что мотивационная заинтересованность студентов строительного факультета Брестского государственного технического университета в занятиях физической культурой находится на не высоком уровне, так как девушки предпочитают занятия нетрадиционными видами физической культуры, которые не включены в программу вуза и требуют значительных финансовых вложений, которые студентки не могут себе позволить, молодые люди предпочитают силовую атлетику, но отсутствуют бесплатные секции. Это напрямую сказывается на здоровье и работоспособности.

Литература

1. Бароненко, В.А. Здоровье и физическая культура студента / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. – М.: Альфа-М, 2003. – С. 186-202.
2. Бароненко, В.А. Основы здорового образа жизни / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт, В.Н. Люберцев. – Екатеринбург : УГТУ, 2001. – С. 93-120.
3. Желобкович, М.П. Оздоровительно-развивающий подход к физическому воспитанию студенческой молодежи: учеб.-метод. пособие / М. П. Желобкович, Р. И. Купчинов. – Минск: БЕЛПОЛИГРАФ, 2004. – С. 88-112 с.