

К. И. Рубанова

Научный руководитель

О. П. Маркевич

*Белорусский торгово-экономический
университет потребительской кооперации
г. Гомель, Республика Беларусь*

ИССЛЕДОВАНИЕ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ СТУДЕНТОВ БЕЛОРУССКОГО ТОРГОВО-ЭКОНОМИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА ПОТРЕБИТЕЛЬСКОЙ КООПЕРАЦИИ

Важной составляющей сохранения здоровья людей является физическая активность. Она влияет на деятельность, ценностные ориентации поведения, физическое, психологическое, социальное состояние общества в целом. Проблема сохранения и укрепления здоровья существовала всегда, однако в настоящее время она стала более актуальной. Особо остро данная проблема проявляется в студенческой среде.

Мотивация к физической деятельности – это особое состояние личности, направленное на достижение оптимального уровня физической подготовленности и работоспособности. Основными компонентами мотивации студентов к занятиям физической культурой являются система знаний, интересов, мотивов и убеждений, а также положительное эмоциональное отношение к физической культуре и сформированная потребность к ней.

Целью нашего исследования является изучение мотивации студентов Белорусского торгово-экономического университета потребительской кооперации к занятиям физической культурой.

Для изучения уровня мотивации студентов к занятиям физической культурой мы использовали следующие методы исследования: анализ научно-методической литературы, анкетирование, опрос и методы математической статистики.

Мы провели анонимный анкетный опрос, в котором приняли участие студенты Белорусского торгово-экономического университета потребительской кооперации (67 чел., из них 34 – юноши, 33 – девушки).

Анализ результатов показал, что у 49% студентов нет мотивации для самостоятельных занятий физической культурой, из них 51% – девушки, 49% – юноши. При этом 51% опрошенных готовы заниматься дополнительно физической культурой самостоятельно.

Главным мотивом для занятий физической культурой в учреждении высшего образования у 62% студентов является получение зачета, а мотивация по укреплению здоровья – только у 14%, 10% студентов имеют мотивацию по саморазвитию. При этом только 14% студентов имеют мотивацию по всем трем критериям.

Мы выяснили, что 38% студентов не занимаются физической культурой добровольно, у 35% нет мотивации, но хотели бы ее приобрести, а у остальных 65% она совсем отсутствует.

Анализ полученных результатов показал, что подавляющее большинство студентов занимаются физической культурой ради какой-либо выгоды, в данном случае ради получения зачета, не имея достаточной мотивации, только 14% студентов считают здоровье главным крите-

рием мотивации занятия физической культурой. При этом нужно отметить, что здоровье студентов находится на низком уровне.

Таким образом, для повышения мотивации необходимо правильно подбирать формы физической активности в зависимости от потребностей организма и состояния здоровья студентов. Необходимо учитывать индивидуальную физическую подготовленность и развитие студента. Следует изучать предпочтения студентов в выборе физкультурной активности, которой они хотели бы заниматься в определенный период времени. Также целесообразно сформировать определенные группы по спортивным интересам, вводить современные виды двигательной активности. Именно такой подход, ориентированный на интересы студентов, представляется нам наиболее эффективным для повышения мотивации и организации занятий физической культурой в учреждении высшего образования.