DOI: 10.17117/na.2016.05.02.207

Поступила (Received): 24.05.2016

<http://ucom.ru/doc/na.2016.05.02.207.pdf>**Монахова Е.Г.****Исследование мотивации студентов IT-специальностей
к занятиям физической культурой****Monakhova E.G.****The research of motivation of students IT-
specialties in physical culture**

Главная цель физического воспитания в вузе – формирование физической культуры личности, подготовка к будущей профессиональной деятельности, сохранение и укрепление здоровья. И в этом процессе первостепенную роль играет мотивация студентов к занятиям физическими упражнениями. Возникающие на основе потребностей мотивы определяют направленность личности, стимулируют и мобилизуют ее на проявление двигательной активности. Изучение мотивации студентов позволит более целенаправленно выстроить процесса физического воспитания

Ключевые слова: физическая культура, двигательная активность, мотивация, потребности

The main purpose of physical education in high school is the formation of physical culture of the person, preparation for the future professional activities, preservation and strengthening of the health. And in this process, the primary role plays the motivation of students to physical training. The motives arising from on the basis of needs, determine the orientation of the personality, stimulate and mobilize it for the manifestation of locomotor activity. The study of students' motivation will allow to build a more focused process of physical education

Key words: physical culture, locomotor activity, motivation, needs

Монахова Елена Геннадьевна

Кандидат педагогических наук, доцент
Новокузнецкий институт (филиал) Кемеровского
государственного университета
г. Новокузнецк, ул. Циолковского, 23

Monakhova Elena Gennadjevna

Candidate of Pedagogic Sciences, Associate Professor
Novokuznetsk institute (branch) of the Kemerovo
state university
Novokuznetsk, Tsiolkovsky st., 23

Современное студенчество – это основа будущих трудовых ресурсов страны, будущие родители, а значит, здоровье и благополучие этой категории граждан являются залогом здоровья и благополучия всей нации. В то же время отличительной особенностью повседневной жизни современной молодежи является высокий удельный вес гиподинамии и гипокинезии. Например, старшеклассники каждый день вынуждены сидеть по 6-7 уроков. Кроме этой обязательной школьной нагрузки, большинство учащихся 9-11 классов посещают факультативные курсы и индивидуальные занятия (в основном по подготовке к ЕГЭ), что явно не способствует увеличению их двигательной активности.

Абитуриенты, став студентами (особенно первом курсе), сталкиваются с рядом трудностей: увеличением учебной нагрузки; резко отличающиеся от

школьных методы и организация обучения, требующие значительного повышения самостоятельности в овладении учебным материалом; нерациональная смена режима трудового дня и организации свободного времени, приводящая к «штурмовщине» в период зачетов и экзаменов и т.д. Как следствие двигательная активность студентов-первокурсников значительно снижается. Двигательная активность важна для человека каждой профессии и любого возраста. Но это особенно актуально для студентов факультетов информационных технологий. Именно будущие IT-специалисты оказываются в группе риска в первую очередь, так как профессия программиста относится к малоподвижным видам деятельности, в процессе которой на специалиста действуют отрицательные факторы: сидячее положение в течение длительного времени, длительное исключение из двигательной активности многих групп мышц и суставов, монотонность движений отдельных групп мышц (например, пальцев рук), значительная физическая нагрузка на суставы кистей, перегрузка органов зрения.

Проблема мотивации студентов к занятиям физическими упражнениями является достаточно актуальной. А одним из условий эффективного проведения учебного занятия по физической культуре является знание мотивов как первопричины двигательных действий. Это поможет осуществлять построение процесса физического воспитания более целенаправленно. В связи с этим огромную роль играет, во-первых, выявление мотивационной составляющей готовности студентов к занятиям физическими упражнениями и, во-вторых, создание и соблюдение организационно-педагогических условий формирования и развития физической культуры студенчества.

Одним из основных источников любого вида активности личности являются потребности. Потребность в движении является базовой, врожденной потребностью человека. У разных индивидов эта потребность выражена по-разному и зависит как от генетических, так и социальных факторов. Осознаваемая потребность личности в движении, внутреннее побуждение человека к деятельности формирует мотивацию личности к двигательной активности.

Мотивация к физической активности акцентирована на достижение адекватного уровня физической подготовленности. Анализ научной и учебно-методической литературы позволило выявить следующие группы мотивов к занятиям физическими упражнениями в вузе:

- оздоровительные мотивы – укрепления здоровья, профилактика заболеваний, формирование здорового образа жизни;
- деятельностьные мотивы – улучшение деятельности всех функциональных систем организма, в первую очередь сердечно-сосудистой и дыхательной;
- соревновательные мотивы – развитие физических качеств, достижение желаемого конкурентоспособного уровня физической подготовленности;
- эстетические мотивы – совершенствование телосложения, пластичности движений;
- коммуникационные мотивы – развитие и улучшение общения между социальными и гендерными группами;

- познавательные мотивы – максимальное использование физических возможностей своего организма через изучение его особенностей (анатомических, функциональных и т.д.);
- креативные мотивы – развитие творческого потенциала личности;
- профессионально-ориентированные мотивы – развитие психофизической готовности к предстоящей трудовой деятельности;
- вынужденные мотивы – необходимость сдачи контрольных нормативов и зачета по дисциплине «Физическая культура»;
- психолого-значимые мотивы – снятие умственного напряжения, восстановление работоспособности, обретение уверенности в себе;
- воспитательные мотивы – развитие морально-волевых качеств личности;
- личностно-значимые мотивы – повышение самооценки, личностного статуса, увеличение жизнестойкости;
- культурологические мотивы – влияние на личность культурной среды и законов социума.

Для исследования мотивации студентов к занятиям физической культурой нами было проведено электронное анкетирование при помощи Google Форм. В анкете было предложено проранжировать от «1» до «13» вышеперечисленные мотивы занятий физическими упражнениями: мотив, отмеченный «1» является приоритетным, а мотив под номером «13» – наименее значимым.

В анкетировании приняли участие две группы респондентов: 1-ая группа – студенты 1-2 курса технических специальностей вузов Новокузнецка, Новосибирска и Томска, 2-ая группа – обучающиеся 11 класса гимназии №73 г.Новокузнецка (абитуриенты).

Результаты анкетирования показали, что в группе студентов технических специальностей (1-ая группа) самый высокий рейтинг получил вынужденный мотив: большинство студентов вынужденно посещают учебные занятия по физической культуре и сдают контрольные нормативы только для того, чтобы получить зачет по дисциплине. Вторым по значимости респонденты этой группы называют оздоровительный мотив. Занятия физическими упражнениями рассматриваются студентами с точки зрения укрепления здоровья и профилактики различных заболеваний.

Во 2-ой группе (абитуриенты) ответы имели ярко обозначенные гендерные предпочтения. Девушки в качестве наиболее значимых мотивов назвали эстетические мотивы. Это объясняется желанием старшеклассниц приобрести эстетически развитое телосложение (сильные мышцы, накаченный пресс и т.д.), научиться красиво двигаться, используя средства физической культуры. Юноши-абитуриенты выделяют соревновательные мотивы, что объясняется многолетним посещением спортивных школ и секций.

В конце анкеты был задан вопрос: «Занимаетесь ли вы физической культурой дополнительно к учебным занятиям в школе/вузе?». Результаты приведены на рис.1.

Рис. 1. Посещение дополнительных занятий по физической культуре

Как видно из диаграмм, процент самостоятельных занятий физической культурой почти в два раза выше в группе абитуриентов. Малую долю дополнительных занятий физической культурой среди студентов можно объяснить высокой интенсивностью занятий по основным учебным предметам, совмещением учебы и работы, а также общим спадом мотивации к занятиям физкультурой и спортом.

Рассмотренные выше мотивы должны сформировать мотивационный блок учебных занятий по физической культуре, главным предназначением которого является акцентирование положительных мотивов двигательной активности, повышение уровня удовлетворенности избранной профессией и стимуляция активного саморазвития, активизация стремления к самообразованию и самосовершенствованию.

Список используемых источников:

1. Бауэр В.А. Формирование интересов и потребностей к занятиям физической культурой и спортом у будущих учителей. Автореферат диссертации. М., 1987. 23 с.
2. Жемчуг Ю.С. Педагогические условия формирования уровня притязаний субъектов физкультурно-спортивной деятельности. Диссертация. Нижний Новгород, 2006. 177 с.
3. Лотоненко А.В. Педагогическая система формирования у студенческой молодежи потребностей в физической культуре. Автореферат диссертации. Краснодар, 1998. 39 с.
4. Монахова Е.Г. Особенности физической подготовки студентов факультетов информационных технологий // CETERIS PARIBUS. 2016. №4. С. 69-72.
5. Наговицын Р.С. Мотивация студентов к занятиям физической культурой в вузе // Фундаментальные исследования. 2011. № 8. Ч. 2. С. 293-298.
6. Пятков В.В. Формирование мотивационно-ценностного отношения студентов к физической культуре: на материале педвузов. Автореферат диссертации. Сургут, 1999. 184 с.
7. Ценностно-мотивационные ориентации студентов вузов в современной России (К проблеме мониторинга качества образования). М., 2000. 88 с.