

К ВОПРОСУ ИЗУЧЕНИЯ ОТНОШЕНИЯ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ НА ПРИМЕРЕ ВОЛОГОДСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА

ON THE ISSUE OF STUDYING THE ATTITUDE OF STUDENTS TO PHYSICAL CULTURE AND SPORTS ON THE EXAMPLE OF VOLOGDA STATE UNIVERSITY

A. Nikulin
O. Bushmanova
A. Starostina

Summary. In the article «On the issue of studying the attitude of students to physical culture and sports on the example of Vologda state University» the necessity of increasing the motivation of students to systematic physical culture and sports in the educational space of the University is justified. The main motives and results of the research of students' attitude to physical culture and sports at the University are formulated. The author's interpretation of the reasons for the decrease in students' interest in regular physical education and sports is given, and the ways of solving this problem are proposed.

Keywords: Students, physical culture and sports, motivation, motive, motor activity of students.

Никулин Александр Валентинович

К.п.н., доцент, Вологодский государственный университет
nikulinav74@yandex.ru

Бушманова Ольга Ивановна

Доцент, Вологодский государственный университет
bush_oi@mail.ru

Старостина Анна Владимировна

К.п.н., доцент, Вологодский государственный университет
annastart1@mail.ru

Аннотация. В статье «К вопросу изучения отношения студентов к занятиям физической культурой и спортом на примере Вологодского государственного университета» обоснована необходимость повышения мотивации у студенческой молодежи к систематическим занятиям физической культурой и спортом в образовательном пространстве вуза. Сформулированы основные мотивы и результаты исследования отношения студентов к занятиям физической культурой и спортом в вузе. Дана авторская интерпретация причин снижения интереса студентов к регулярным занятиям физической культурой и спортом, предложены пути решения данной проблемы.

Ключевые слова: Студенты, физическая культура и спорт, мотивация, мотив, двигательная активность студентов.

Введение

Формирование потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом — одна из актуальных социально-педагогических проблем. Высокая учебная нагрузка, трудовая занятость в режиме рабочего дня, «уход» из реального в виртуальное пространство общения, и как следствие, вытекающие из этого проблемы в межличностном общении приводят к снижению уровня здоровья, умственной и физической работоспособности [1, с. 23].

Одной из приоритетных задач, стоящих перед высшей школой, является повышение мотивации у студенческой молодежи в регулярных, целенаправленно организованных занятиях физической культурой и спортом.

Анализ теоретической литературы по исследуемой проблеме и ее современное состояние позволили выявить **основные противоречия:** с одной стороны, реализуется целенаправленная государственная политика по созданию условий для занятий физической культурой и спортом

всех групп населения, в том числе и студенческой молодежи, с другой стороны, в образовательном пространстве вуза отсутствует системно организованная работа по созданию комфортной среды для реализации потребностей в области физической культуры и спорта; в вузе имеются возможности по формированию мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом, и отсутствует системно организованная работа в данном направлении; признается необходимость формированию мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом и отсутствует научно-методическое обеспечение подготовки в образовательной деятельности вуза.

Отмеченные противоречия обусловили обращение к настоящей теме исследования, **проблема** которого сформулирована следующим образом: каковы оптимальные педагогические условия формирования мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом в образовательном пространстве вуза?

Решение данной проблемы составляет **цель исследования.**

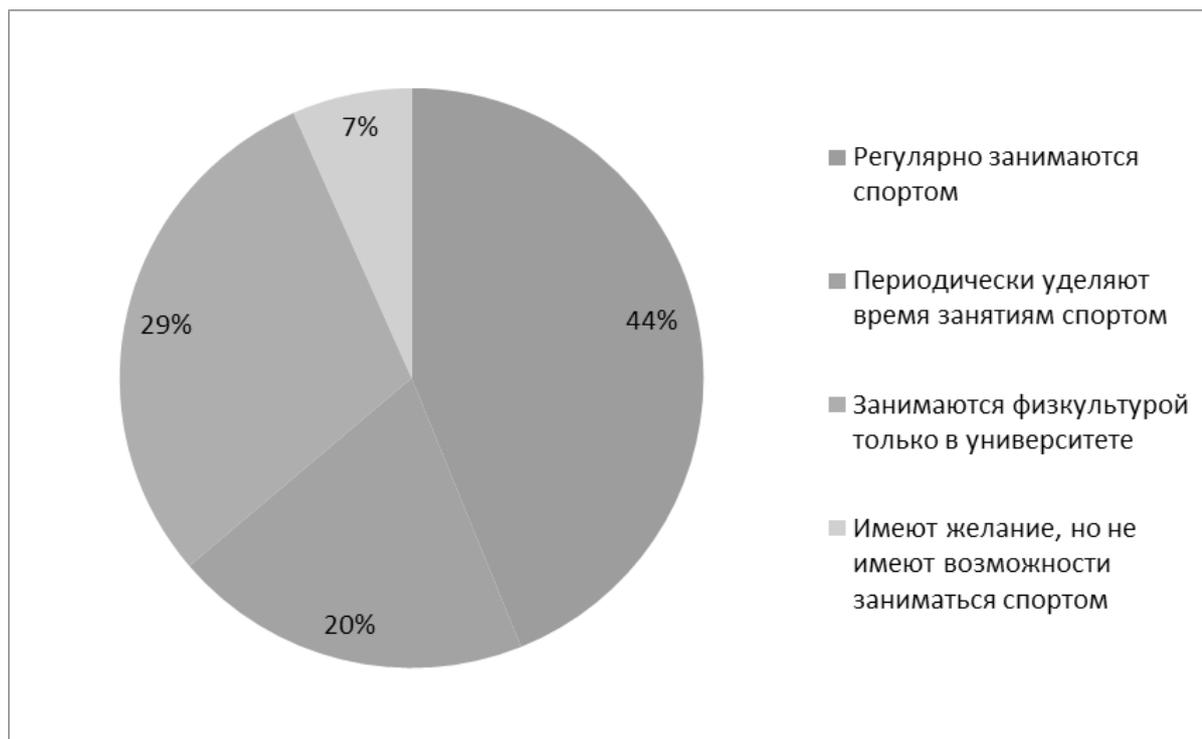


Рис. 1. Регулярность занятий студентов физической культурой и спортом.

Поиск эффективных путей разрешения обозначенных выше противоречий привел нас к постановке следующих **задач**: изучить отношение студентов Вологодского государственного университета к занятиям физической культурой и спортом и определить в ходе опытно-экспериментальной работы педагогические условия повышения мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом.

Методы

Необходимость глубокого изучения отношения студентов к занятиям физической культурой и спортом потребовала использования комплекса разнообразных методов исследования: теоретический анализ состояния проблемы в современной практике физкультурного образования в вузе, наблюдения, беседы, опытно-экспериментальная работа, обобщение цельного авторского опыта работы, анкетирование. Любой из методов выполнял по отношению к другим компенсирующую и контролирующую роль.

Посредством анкетирования выявлялись интересы, склонности, основные мотивы к занятиям физической культурой и спортом.

Результаты анкетирования были обработаны и представлены в виде диаграмм.

Результаты

В 2018–19 учебном году в Вологодском государственном университете было проведено исследование, в котором приняли участие 126 студентов 1–3 курса института машиностроения, энергетики и транспорта и института математики, естественных и компьютерных наук. Примерно половина студентов, а именно 48% относятся к основной медицинской группе, 25% к подготовительной, 19% к специальной и 8% являются полностью освобожденными от занятий физической культуры.

Исходя из понимания, что «эффективность организации работы зависит от начального уровня вовлеченности в двигательную активность на данный момент времени» [2, с. 65] респондентам необходимо было ответить на вопрос: «Как часто Вы занимаетесь физической культурой и спортом?» (рис. 1).

Особый интерес вызывают ответы на вопрос «Сколько, по вашему мнению, времени необходимо заниматься в день (в неделю)?» (не считая академических часов). 32% опрошенных считают, что в день необходимо заниматься 1 час, 51% — 2 часа, остальные воздержались от ответа. Касательно недельного режима, 39% считают, что нужно заниматься 3–5 часов, 61% — 6–8 часов. Из полученных ответов, можно сделать вывод, что студенты

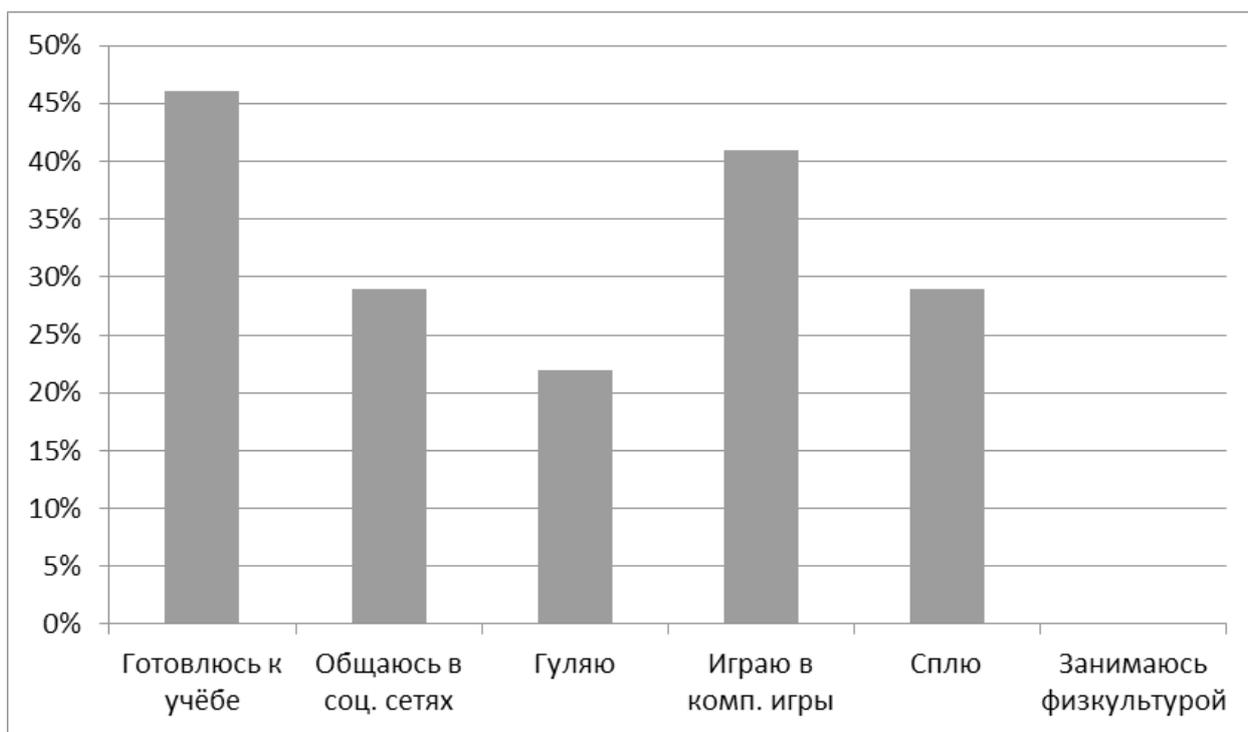


Рис. 2. Занятия студентов в свободное от учебы время (выбиралось несколько наиболее значимых вариантов).

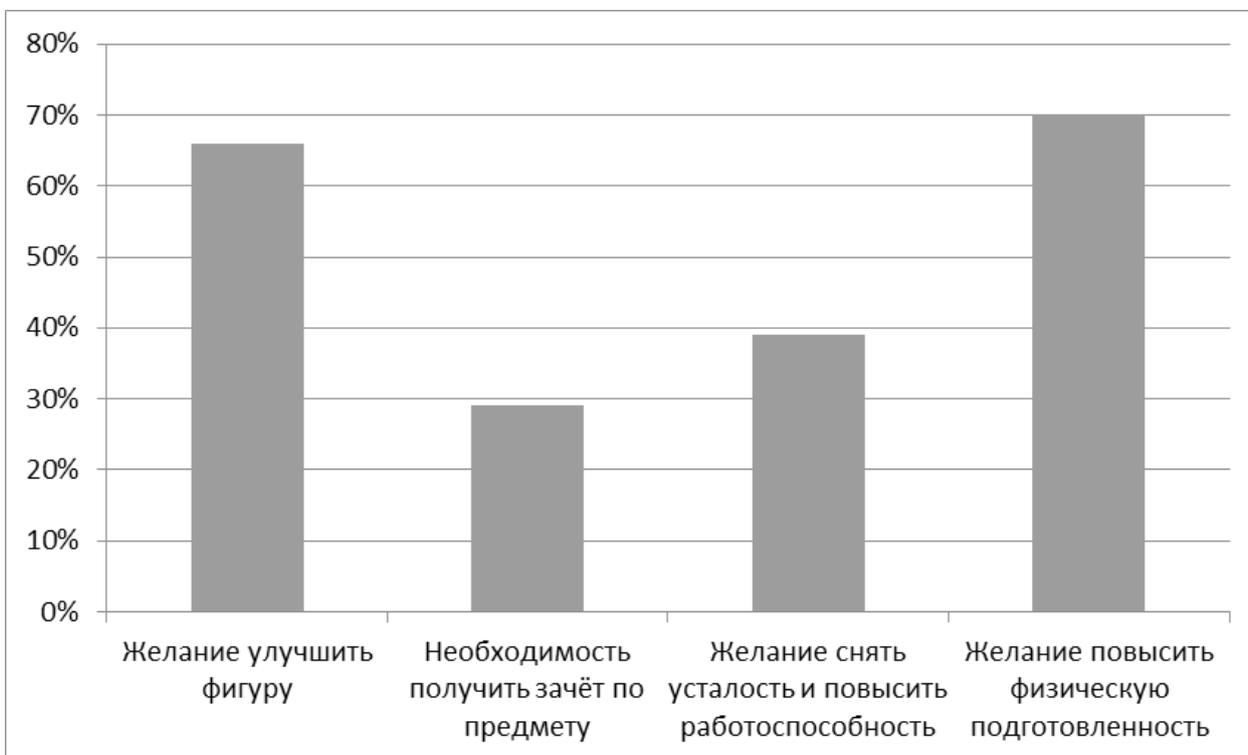


Рис. 3. Ведущие мотивы занятий физической культурой и спортом (выбиралось несколько наиболее значимых мотивов)

признают и понимают необходимость регулярных занятий физической культурой.

Вместе с тем, анализ ответов на следующий вопрос «Планируете ли Вы в режиме дня время для занятий физической культурой?» вызывает тревогу, только 38% респондентов выбрали ответ «Да». Почти две трети опрошенных целенаправленно не планируют свои занятия: 20% — «Не планируют», 36% — «Редко» и 6% — «В выходные».

Отвечая на вопрос «Нравятся ли Вам занятия в вузе?» 75% считают, что им нравится предмет, 10% не нравится, 15% не определились, что говорит о достаточно высокой степени удовлетворенности проводимыми учебными занятиями в вузе.

На вопрос «Ощущаете ли Вы оздоровительный эффект занятий физической культурой в течение семестра?» 83% опрошиваемых ответили «Да», 7% ответили «Нет» и также 7% ответили «Не знаю».

Как видно, наиболее распространенными ответами на вопрос «Как вы проводите свободное от учёбы время?» были связанные с работой на компьютере, что повышает актуальность занятий физической культурой и спортом, как основного фактора в профилактике заболеваний связанных с гиподинамией (рис. 2).

В вопросе «Ходите ли вы на какие-либо спортивные секции/кружки?» 10% студентов ответили, что ходят в секции/кружки в вузе и 27% ходят в городские секции/кружки (рис. 3).

66% опрошиваемых находят смысл занятий в желании улучшить фигуру, 29% видят причину в необходимости получить зачёт по предмету, 39% желают снять усталость и повысить работоспособность, 51% хочет воспитать волю характер, занимаясь на занятиях физической культуры и 70% желают повысить физическую подготовленность.

На вопрос, «Какие причины препятствуют занятиям физической культурой и спортом?» 7% опрошиваемых ответили, что нехватка денежных средств препятствует занятиям физической культурой, 41% ответили, что мешает усталость, 20% не хотят заниматься, 37% не видят преград для занятия физ. культурой и 12% ответили, что им не позволяет здоровье.

Заключение

Таким образом, по результатам тестирования и анкетирования можно заключить, что в целом, результаты нельзя считать положительными. Хотя при анализе от-

дельных вопросов можно удостовериться, что респонденты видят определённую пользу для себя в занятиях физической культурой и про полное отсутствие мотивации речи идти не может, но всё же вопросы мотивации студентов на двигательную активность в условиях академических занятий остаются актуальными и требуют привлечения специалистов к их решению.

Основным условием формирования у студентов устойчивого интереса к занятиям физической культуры является совершенствование процесса физического воспитания, за счёт внедрения различных организационно-методических форм и инновационных технологий.

В результате опытно-экспериментальной работы выявлено следующее:

- ◆ большинство студентов регулярно занимаются физической культурой и спортом. Основными мотивами к занятиям физической культурой и спортом являются укрепление здоровья, саморазвитие и получение удовольствия в свое свободное время, только незначительная часть от общего количества обучающихся считают, что занятия физической культурой в вузе бесполезны. Также установлено, что примерно 90% опрошенных студентов намерены продолжить заниматься физической культурой и спортом после окончания обучения в университете.
- ◆ негативное отношение студентов к дисциплине «Физическая культура» можно объяснить тем, что на учебных занятиях в не достаточной мере учитываются индивидуальные возможности студента, его мотивы и потребности. Следовательно, при такой организации занятий у студентов теряется интерес к дисциплине, снижается посещаемость и эффективность занятий.
- ◆ мотивация к занятиям физической культурой и спортом — особое состояние личности, направленное на достижение оптимального уровня физической подготовленности и работоспособности. Следует согласиться, что «повышение мотивации наступает не сразу, так как студентам необходимо осмыслить предложенные им способы сохранения и укрепления своего здоровья, освоить их, убедиться в позитивном влиянии этих способов на здоровье. Поэтому можно ожидать, что повышение мотивации будет происходить в течение всего периода обучения студентов в вузе» [3, с. 9].

Проведенное исследование позволяет сделать следующие **выводы**. Необходима целенаправленная работа по повышению мотивации студенческой молодежи к занятиям физической культурой и спортом, как необходимому условию формирования здорового

образа жизни и укреплению и сохранению здоровья студентов. В связи с этим, одной из основных задач дисциплины «Физическая культура», является развитие познавательного интереса студентов к занятиям физической культурой. Для решения данной задачи, во-первых, следует учитывать индивидуальные возможности и предпочтения студентов в выборе вида физкультурно-оздоровительной деятельности, во-вто-

рых, необходимо формировать у студентов осознанную потребность в физической культуре, здоровом образе жизни и сохранении собственного здоровья, в-третьих, недостаточно использовать традиционные формы организации физкультурной, спортивно-массовой работы в вузе, для повышения мотивации необходимо использовать потенциал всех субъектов в образовательном пространстве вуза.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ермолаева И.Ю., Никулин А. В. Изучение мотивации к занятиям физической культурой и спортом у студентов — юношей на примере Вологодского государственного университета. — Тенденции развития науки и образования. Май 2019 г. Часть 7. Изд. НИЦ «Л-Журнал», 2019. С. 23.
2. Никулин А.В., Бушманова О. И., Вьюшин С. Г. Формирование готовности студентов к занятиям физической культурой в спортивном клубе вуза. — Физическая культура, спорт и здоровье. Йошкар-Ола. 2018. № 32–1. С. 67.
3. Никулин А.В., Вьюшин С. Г., Орехова И. В. Формирование мотивации студентов к занятиям физической культурой в спортивном клубе вуза. — Тенденции развития науки и образования. Октябрь 2018 г. Часть 3. Изд. НИЦ «Л-Журнал», 2018. С. 9.

© Никулин Александр Валентинович (nikulinav74@yandex.ru),

Бушманова Ольга Ивановна (bush_oi@mail.ru), Старостина Анна Владимировна (annastart1@mail.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»



Г. Вологда