

Условия и факторы, определяющие выбор занятий в тренажерном зале у девушек ПГУ им. Шолом-Алейхема

Орлова Елена Владимировна

*Приамурский государственный университет имени Шолом-Алейхема,
Студент*

Кирьянцева Людмила Павловна

*Приамурский государственный университет имени Шолом-Алейхема
старший преподаватель кафедры физической культуры и туризма*

Аннотация

На текущем этапе социального развития, когда остро стоят проблемы формирования подрастающего поколения, подготовки его полноценной самостоятельной жизнедеятельности, особое значение имеет модернизация системы физического воспитания и формирования здорового образа жизни учащихся. При этом приоритетными являются направления, связанные с применением таких форм и методов обучения воспитания, использование которых с большей эффективностью формирует ценностное отношение молодежи к средствам физической культуры. В работе проводится анализ мотивационной сферы к занятиям физической культурой и спортом девушек-студенток Приамурского государственного университета и на его основе предлагаются пути повышения положительной мотивации к этим занятиям. В связи с этим посредством анкетирования выявлялись мотивы занятий физическими упражнениями у студенток. В исследовании участвовало 100 студенток 1-го, 2-го, 3-го курсов. В статье приводятся результаты факторного анализа, который позволил выявить структуру мотивов создания тренажерного зала в институте.

Ключевые слова: студентки, физическая культура, мотивация, тренажерный зал.

Conditions and factors that determine the choice of training in the gym girls Sholom-Aleichem Priamursky State University

Orlova Elena Vladimirovna

*Sholom-Aleichem Priamursky State University,
Student*

Kerentseva Ludmila Pavlovna

*Sholom-Aleichem Priamursky State University,
senior lecturer of the Department of physical culture and tourism*

Abstract:

At the current stage of social development, when there are acute problems of formation of the younger generation, the preparation of its full independent life, of particular importance is the modernization of the system of physical education and the formation of a healthy lifestyle of students. At the same time, the priority areas are related to the use of such forms and methods of education, the use of which more effectively forms the value attitude of young people to the means of physical culture. The paper analyzes the motivational sphere for physical culture and sports of female students of the Amur state University and on its basis suggests ways to increase positive motivation for these activities. In this regard, by means of questioning motives of occupations by physical exercises at students were revealed. The study involved 100 students of the 1st, 2nd, 3rd year. The article presents the results of factor analysis, which allowed to identify the structure of the motives of creating a gym at the Institute.

Keywords: students, physical culture, motivation, gym.

Наряду с вопросами формирования у студенток мотивации к обучению, также необходимо решать вопросы выработки потребности к самостоятельным и систематическим занятиям физической культурой на базе создания представлений о здоровом образе жизни. Приобретение данных знаний содействует изменению отношения студенток к физической культуре.

Цель исследования: исследование мотивации к занятиям физической культурой в тренажерном зале, студенток ПГУ им. Шолом-Алейхема.

В соответствии с поставленной целью были сформулированы следующие задачи исследования:

1. Проанализировать предпочтения студенток, при выборе тренажерного зала.

2. Предложить альтернативу в выборе тренажерного зала студенткам ПГУ им. Шолом-Алейхема.

3. Проанализировать полученные данные.

Для решения поставленных задач нами были использованы следующие способы исследования: анализ и обобщение данных научно методической литературы; опрос (анкетирование, беседа), обработка полученных результатов.

Оценка и обобщение данных научно-методической литературы проводилась с целью выявления существующих форм и методик проведения занятий физической культурой с оздоровительной направленностью со студентками неспециализированных вузов.

Анкетирование проводилось с целью получения следующих данных:

– выявление интереса создания тренажерного зала в институте у девушек;

– выявление факторов, влияющих на занятие в тренажерном зале;

– выявление мотивов, влияющих на выбор вида двигательной активности.

Анкета состояла из 17 вопросов, составленных в открытой форме.

Вопросы были разделены на подгруппы:

- стоимость абонемента;
- территориальное расположение;
- качество оборудования.

Предполагалось, что респонденты на один вопрос могли дать один ответ:

По первому блоку вопросов анкетирования ответы распределились следующим образом:

Стоимость абонемента

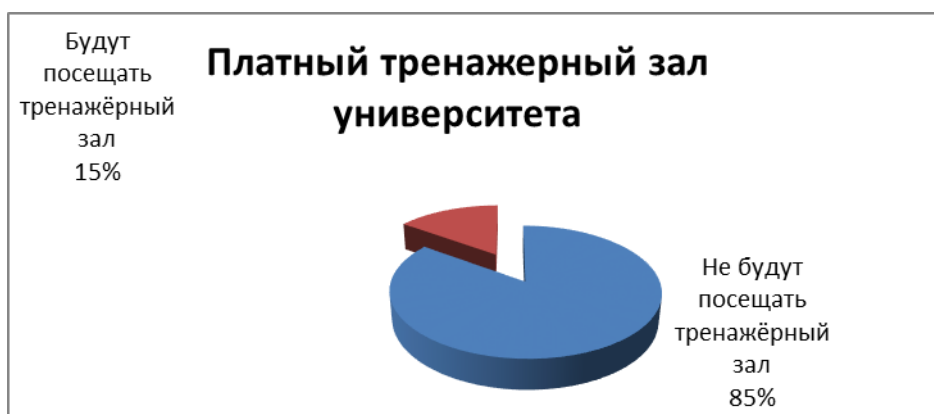


Рис. 1. Планирование посещения платного тренажерного зала в ПГУ

85% респондентов ответили, что не будут посещать тренажерный зал института, если он будет платный, 15% ответили, что будут его посещать.



Рис. 2. Посещение платных тренажерных залов города

23% респондентов пойдут в тренажерный зал института, если абонемент будет дороже, чем в зале города, но при условии, что смогут затрачивать меньше времени на дорогу, 77% респондентов пойдут в тренажерный зал города.

Территориальное расположение

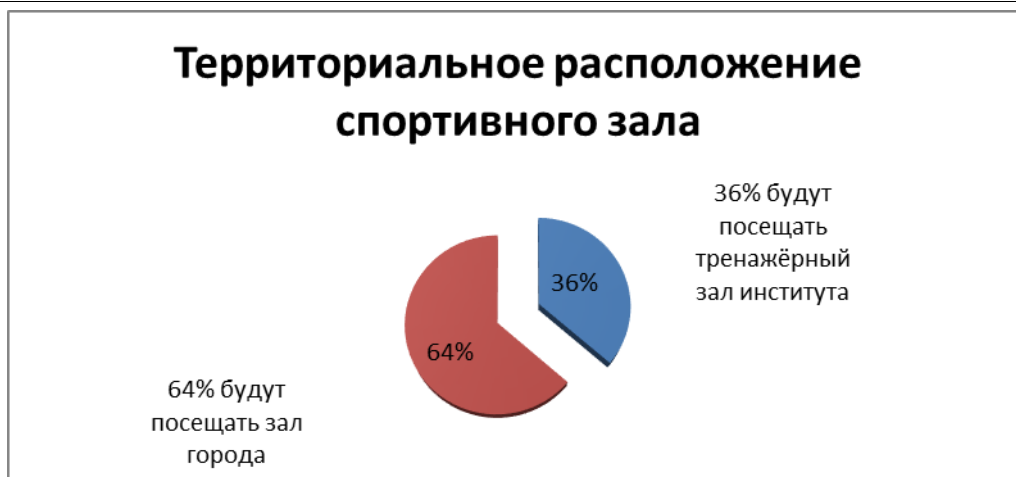


Рис. 3. Территориальное расположение спортивного зала

Всего 36% девушек не против посетить тренажёрный зал института, даже если территориально он будет дальше от дома, чем зал города, а 64% пойдут в зал города.

Качество оборудования: соотношение современности тренажёров и стоимости абонементов



Рис. 4. Соотнесение современность тренажёров и стоимости абонементов

В тринадцатом вопросе 31% отвечающих решили, что они будут ходить в тренажёрный зал института, если тренажёры в нем будут несовременные.

54% девушек согласны ходить в тренажёрный зал университета, если будут современные тренажёры, не смотря на дорогой абонемент, но 46% респондентов пойдут в городской тренажёрный зал.

Выявление интереса создания тренажёрного зала в институте у девушек

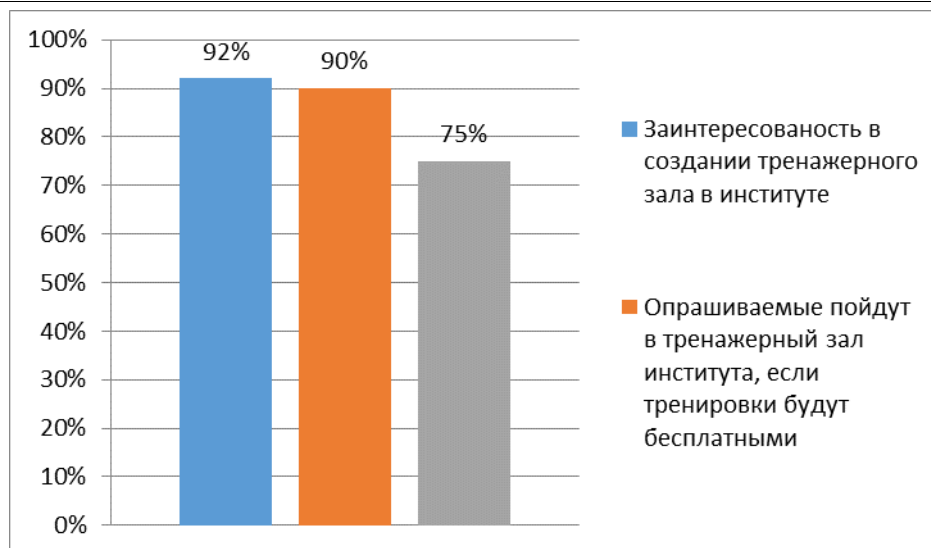


Рис. 5. Общие результаты проведенного исследования

Проанализировав ответы респондентов можно сделать вывод о том, что:

1. 92% из них заинтересованы в создании тренажерного зала в институте;

2. 90% опрашиваемых пойдут в тренажерный зал института, если тренировки будут бесплатными;

3. 75% девушек ответили, что будут посещать тренажерный зал института, если он будет полностью оборудован.

Выявление факторов, влияющих на занятие в тренажерном зале

Основные факторы влияющие на выбор зала:

- инструктор (возраст, пол);
- стоимость абонемента;
- территориальное расположение;
- качество оборудования.

92% опрашиваемых ответили, что будут ходить в тренажерный зал института, если инструктором в нем будет работать женщина, 68% девушек ответили, что будут посещать тренажерный зал института, если инструктором в нем будет работать мужчина в возрасте, 82% девушек ответили, что будут ходить в тренажерный зал института, если инструктором в нем будет работать молодой парень;

62% девушек не против посетить тренажерный зал института, даже если территориально он будет дальше от дома, чем зал города;

23% отвечающих решили, что они будут ходить в тренажерный зал института, если тренажеры в нем будут несовременные;

Всего 15% респондентов ответили, что не будут посещать тренажерный зал института, если он будет платный.



Рис. 6. Выявление факторов, влияющих на занятие в тренажерном зале

Выявление мотивов, влияющих на выбор тренажерного зала

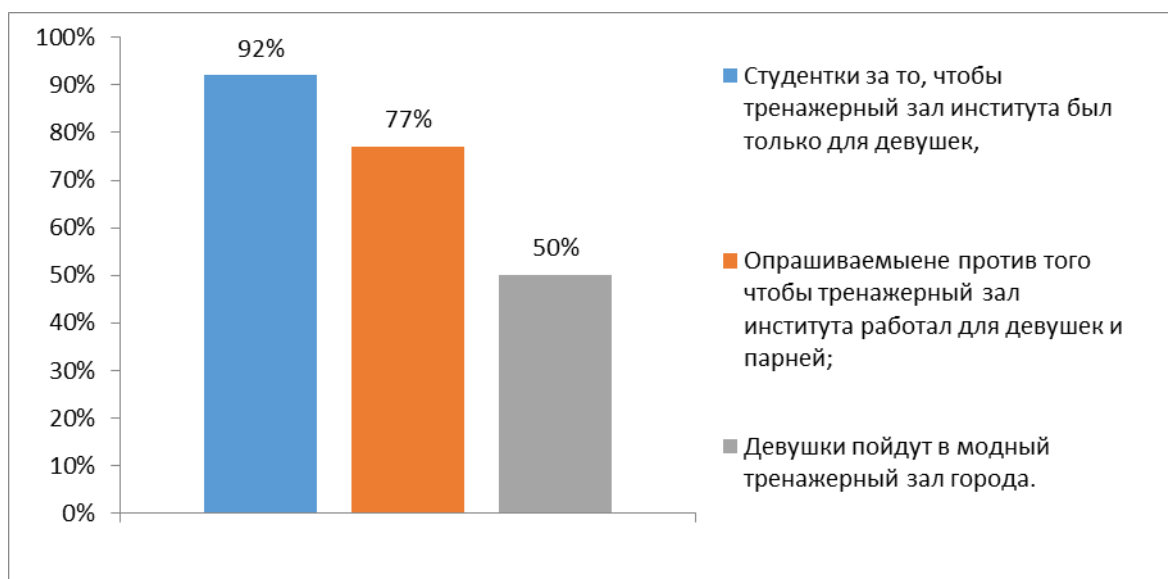


Рис. 7. Выявление мотивов, влияющих на выбор тренажерного зала

Проверив ответы студенток, мы сделали вывод о том, что на выбор тренажерного зала сильно влияют мотивы:

92% студенток за то, чтобы тренажерный зал института был только для девушек,

77% опрашиваемых не против того чтобы тренажерный зал института работал для девушек и парней;

50% девушек пойдут в модный тренажерный зал города.

С учетом выявленных особенностей динамики ответов анкеты "Условия и факторы, определяющие выбор тренажерного зала" можно сделать вывод о том, что студентки ПГУ им. Шолом-Алейхема за альтернативу, которую мы им предлагаем, в виде создания тренажерного зала в институте. Это вызывает интерес и мотивацию к физическим занятиям. Что в свою очередь, повысит уровень физической подготовленности студенток высших учебных заведений. Студентки будут ходить регулярно и постоянно если, в университете будет оснащённый тренажерный зал.

Библиографический список:

1. Демиденко О.В. Мотивации к занятиям физической культурой у студенток СПбГИКиТ / О.В.Демиденко - Санкт-Петербург- с. 2.
2. Колокольцев М. М., Бархатова Л. В. Отношение студенток вуза к ценностям физической культуры и их физическая подготовленность на разных курсах обучения / М. М.Колокольцев, Л. В.Бархатова– Иркутск- с.2.
3. Кондаков В. Л., Копейкина Е. Н., Балышева Н. В., Усатов А. Н., Скруг Д. А Отношение студентов к занятиям физической культурой и спортом в образовательном пространстве современного вуза. /В. Л.Кондаков – Белгород –с. 3.
4. Тхакумачева Ю.Б. Формирование мотивационной сферы студенток высших учебных заведений к занятиям физической культурой и спортом/Ю.Б. Тхакумачева – Мойкоп–с.1.