

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

Петрова Елена Владимировна

Приамурский государственный университет имени Шолом-Алейхем

Студент

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

Petrova Elena Vladimirovna

Sholom-Aleichem Priamursky State University,

Student

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.

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.

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 абонеента;
- 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.

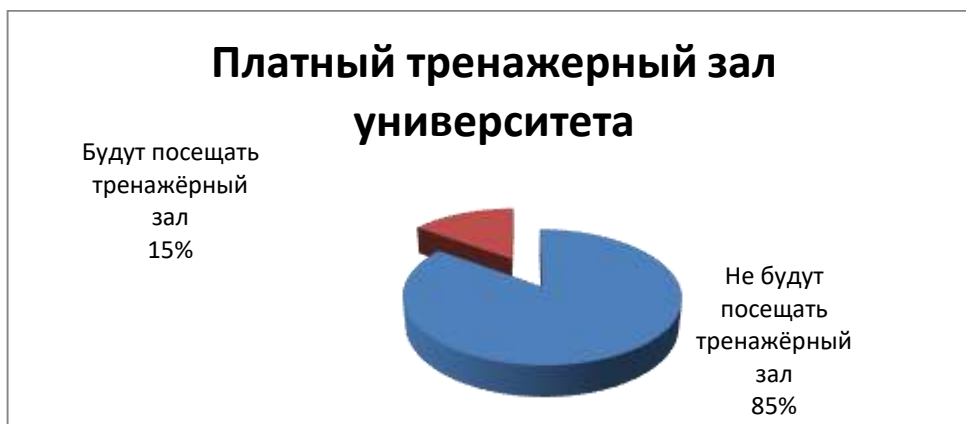


Рисунок 1 – Планирование посещения платного тренажерного зала в ПГУ

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

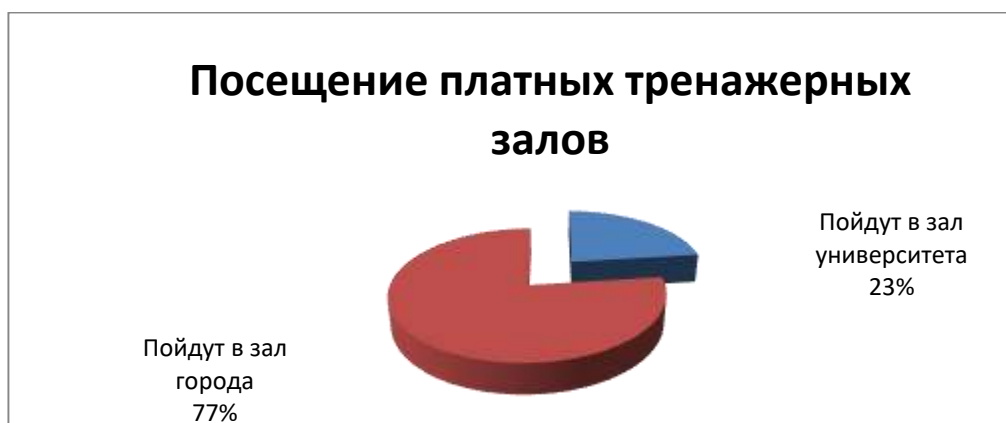


Рисунок 2 – Посещение платных тренажерных залов города

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:



Рисунок 3 – Территориальное расположение спортивного зала

Всего 36% девушек не против посетить тренажерный 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 абонемента

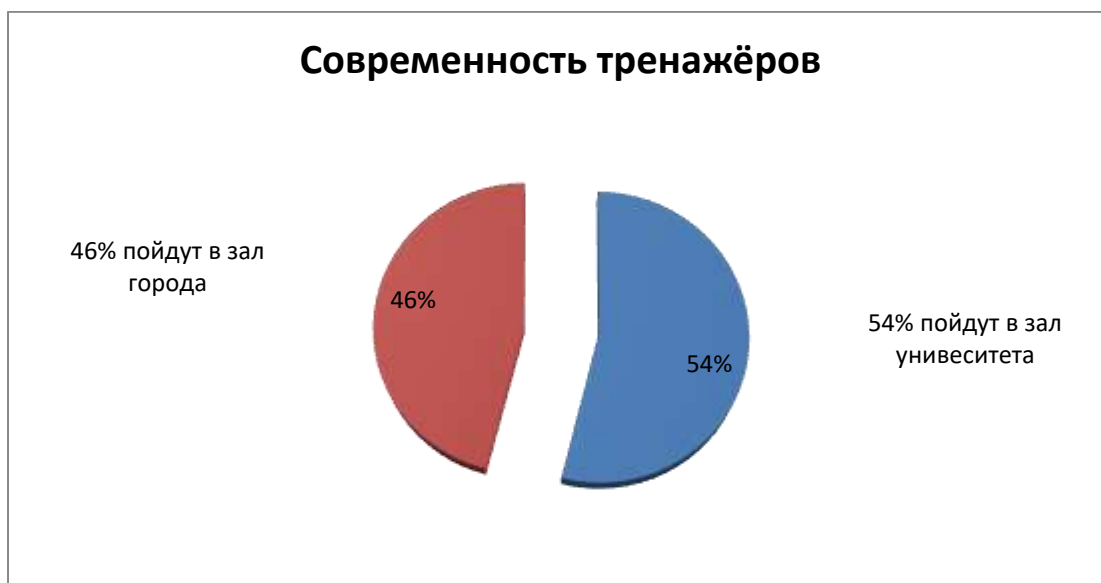


Рисунок 4 –Соотнесение современность тренажеров и стоимости абонемента

В тринадцатом вопросе 31% отвечающих решили, что они будут ходить в тренажерный зал института, если тренажеры 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 тренажерного зала в институте у девушек

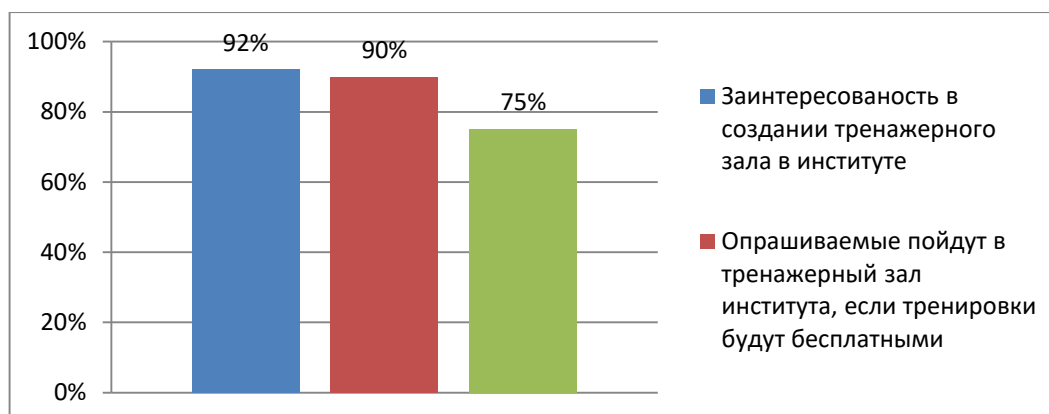


Рисунок 5 – Общие результаты проведенного исследования

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.

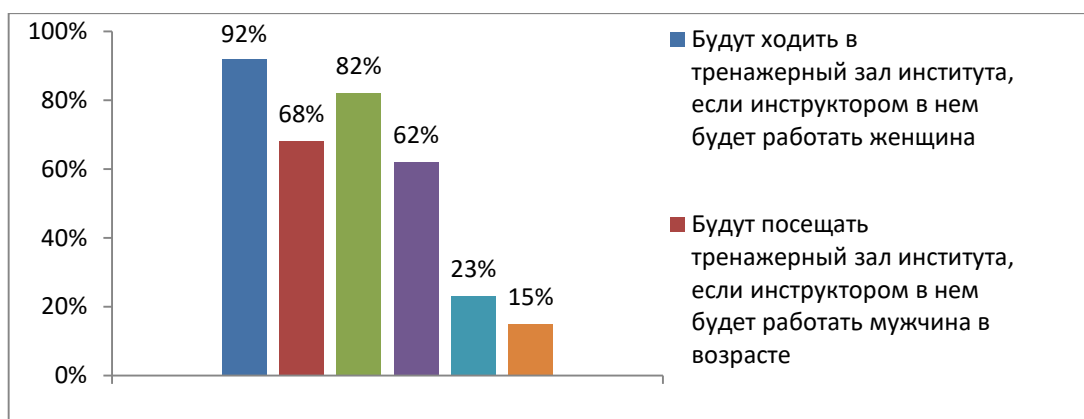


Рисунок 6 – Выявление факторов, влияющих на занятие в тренажерном зале

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.

Выявление мотивов, влияющих на выбор тренажерного зала

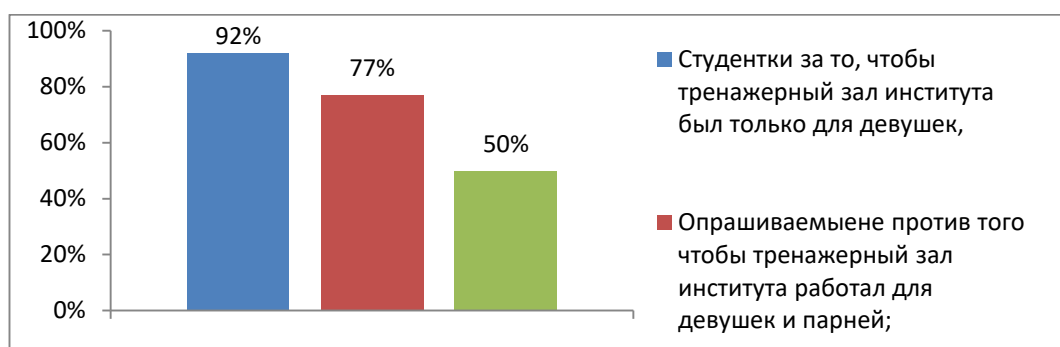


Рисунок 7 – Выявление мотивов, влияющих на выбор тренажерного зала

Проверив ответы студенток, 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 оснащенный тренажерный зал.

Библиографический список

1. Демиденко О. В. Мотивации к занятиям физической культурой у студенток СПбГИКиТ //Новая наука: Теоретический и практический взгляд. 2015. №. 5-2. С. 56-59.
2. Колокольцев М. М., Бархатова Л. В. Отношение студенток вуза к

- ценностям физической культуры и их физическая подготовленность на разных курсах обучения //Современные проблемы науки и образования. 2016. №. 1. С. 52-52.
3. Усатов А. Н. и др. Отношение студентов к занятиям физической культурой и спортом в образовательном пространстве современного вуза //Экономические и гуманитарные исследования регионов. 2014. №. 3. С. 48-52.
 4. Тхакумачева Ю. Б., Цеева Н. А. Формирование мотивационной сферы студенток высших учебных заведений к занятиям физической культурой и спортом //Экология: рациональное природопользование и безопасность жизнедеятельности. 2017. С. 86-89