

Анализ мотивации студентов к занятиям физической культурой

Степаненко Полина Алексеевна

Приамурский государственный университет имени Шолом-Алейхема

Студент

Аннотация

Цель статьи – провести анализ мотивации студентов ПГУ им. Шолом-Алейхема к занятиям физической культурой в течение учебного года. Для написания данной статьи использовались такие методы, как описание, опрос и анализ. Результат исследования – проведен анализ мотивации студентов к физической культуре в течение учебного года, который показал, что она очень мала.

Ключевые слова: мотивация, физическая культура, спорт, здоровье

Analysis of student nutrition during the academic year

Stepanenko Polina Alekseevna

Sholom-Aleichem Priamursky State University

Student

Abstract

The purpose of the article is to analyze the motivation of PSU students. Sholom Aleichem is ready for physical education classes during the school year. Methods such as description, survey, and analysis were used to write this article. The result of the study is an analysis of students' motivation for physical education during the academic year, which showed that it is very low.

Keywords: motivation, physical education, sports, health

1 Введение

1.1 Актуальность

Студенческий период – время интенсивной учебной нагрузки, адаптации к новым условиям и формирования профессиональных компетенций. В этих условиях, физическая культура может восприниматься как дополнительная нагрузка, отнимающая время от учебы и личной жизни. Однако, научные исследования неоднократно доказывают, что регулярные занятия спортом не только улучшают физическое состояние, но и способствуют повышению концентрации, снижению тревожности и улучшению когнитивных функций, что, в свою очередь, положительно сказывается на успеваемости.

В связи с этим, изучение мотивационных аспектов, влияющих на вовлеченность студентов в занятия физической культурой, приобретает особую актуальность. Понимание факторов, стимулирующих и

сдерживающих интерес к спорту, позволит разработать эффективные стратегии по повышению мотивации студентов к ведению здорового образа жизни и формированию осознанного отношения к своему физическому благополучию.

1.2 Обзор исследований

Е.В. Фазлеева и Н.В. Васенков в своей статье изучили влияние мотивации на физическую активность студентов [1]. М.П. Стародубцев и Т.В. Сапсаева определили мотивы у студенческой молодежи, определяющие приоритетные виды спортивной деятельности [2]. Г.М. Османов и С.В. Севодин рассмотрели проблему низкой мотивации студентов для занятия спортом и предложили методы ее повышения [3]. В.М. Назарук рассмотрел значение мотивации в формировании здорового образа жизни [4]. Т.А.Якушина рассмотрела особенности формирования мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом [5].

1.3 Цель исследования

Целью исследования является рассмотрение мотивации студентов к занятиям физической культурой в течение учебного года.

2 Материалы и методы

Для проведения исследования, использовались такие методы, как описание, опрос и анализ. Чтобы выявить мотивацию студентов к занятиям физической культурой, проведен опрос среди студентов ПГУ им. Шолом-Алейхема. К опросу были привлечено 36 студентов 1 курса факультета филологии, истории и журналистики.

3 Результаты и обсуждения

В ходе опроса были получены следующие результаты (рис. 1,2,3)

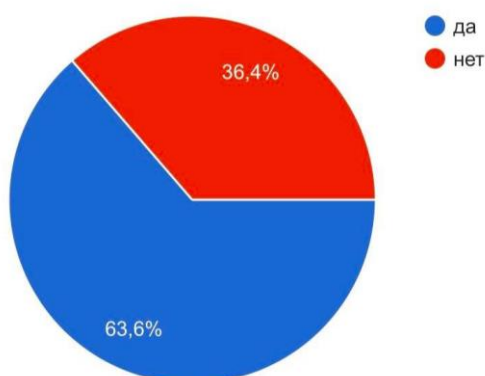


Рисунок 1. Считаете ли вы качественными занятия по физической культуре в университете?

Результаты данного вопроса показали, что большая часть студентов считают, что физическая культура в ПГУ им. Шолом-Алейхема высоко развита.

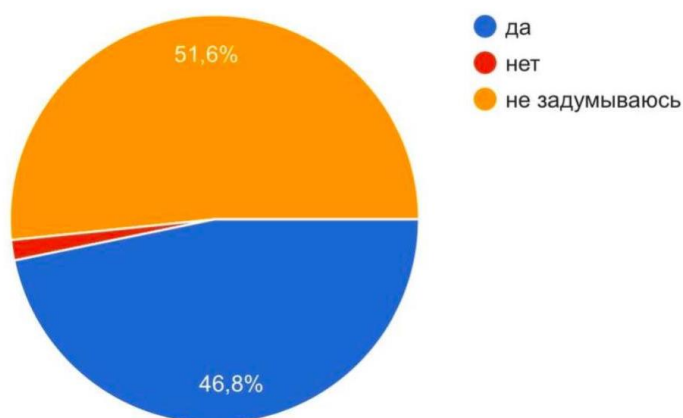


Рисунок 2. Как вы считаете, важна ли мотивация к занятиям физической культурой в течение учебного года?

Результаты показали, что большинство студентов не задумываются о значимости мотивации к занятиям физической культурой.

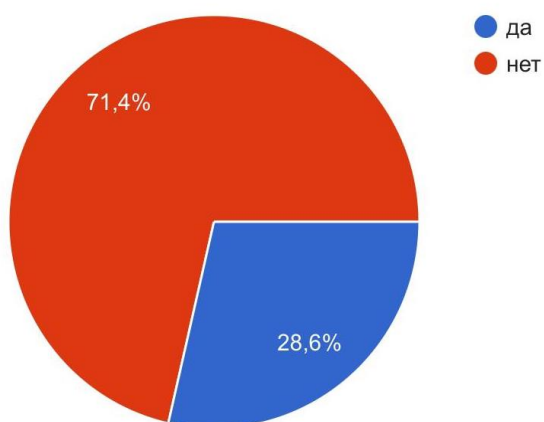


Рисунок 3. Высока ли мотивация к занятиям физической культурой у вас?

Результаты показали, что лишь у малой части студентов развита высокая мотивация к занятиям физической культурой.

4 Вывод

Таким образом, большинство студентов не задумываются о значимости для них мотивации к занятиям физической культурой в течение учебного года, что может снизить посещаемость. Чтобы это предотвратить, нужно организовывать как можно больше мотивационных мероприятий для студентов.

Библиографический список

1. Фазлеева Е.В., Васенков Н.В. Проблемы мотивации физкультурной активности студентов вуза // Теория и практика физической культуры. 2010. №6. С. 83-85.
2. Стародубцев М.П., Сапсаева Т.В. Организационные аспекты мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом // Человек и образование. 2022. №2. С. 71-77.
3. Османов Г.М, Севедин С.В. Повышение внутренней мотивации студентов для занятия спортом // Тенденции развития науки и образования . 2023. №98-9. С. 126-129.
4. Назарук В.М. Методы и средства повышения мотивации к занятиям физической культурой и спортом у студентов // Актуальные научные исследования в современном мире. 2019. №3. С. 126-130.
5. Якушина Т.А. Мотивация как важный компонент занятий физической культурой и спортом у студентов // Вестник ВИЭПП. 2023. №2. С. 193-197.