

УДК 796.011

Романова Елена Вениаминовна, кандидат философских наук, доцент кафедры физического воспитания, Алтайский государственный университет, г. Барнаул, Россия. E-mail: romanovaev.2007@mail.ru

Готовчикова Лариса Витальевна, ст.преподаватель кафедры физического воспитания, Алтайский государственный университет, г. Барнаул, Россия. E-mail: larik.3001@mail.ru

МОТИВАЦИЯ МОЛОДЕЖИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ (НА ПРИМЕРЕ СТУДЕНТОВ АЛТАЙСКОГО КРАЯ)

Аннотация. В статье анализируются результаты социологического исследования студентов Алтайского государственного университета. В работе ставились задачи выявить причины низкой физической активности молодежи, особенности мотивации к занятиям физической культуры.

Ключевые слова: цели, мотивация, физическая культура, молодежь, общественное мнение.

Цели, мотивация, гармонически развитая личность в физическом и духовном аспектах – вопросы, которые волновали не только философов в далеком прошлом, но и постоянно заставляют задуматься, исходя из нынешних проблем общества, современных мыслителей [1, с. 4]. По мнению исследователей мотивы занятий физической культурой и спортом включены в общую структуру мотивационно-потребностной сферы, которая, в свою очередь, является существенной частью мировоззрения личности. Изучение мотивов занятий физической культурой и спортом – важнейшее условие формирования полноценной человеческой деятельности и значимая составляющая управления процессом воспитания личности [2, с. 19-23]. Занятия физической культурой и спортом – это полимотивированная деятельность. Иерархия мотивов в ней определяется сочетанием и степенью выраженности потребностей молодежи, и наиболее важные моменты становления мотивационной сферы связаны со сменой типов ведущей деятельности. Формирование положительно устойчивой мотивации к занятиям физической культурой и спортом является предпосылкой воспитания личности учащегося.

В настоящее время считается, что основой воспитания является процесс, в котором знания, навыки, умения могут закрепиться в личности обучающегося и стать его ценностями и смыслами жизни. Но это происходит лишь в том случае, если учебно-воспитательный процесс пройдет через внутренние личностные

мотивации, переживания, устремления и, наконец, станет частью личностных свойств человека. Однако в практике работы педагогических учреждений под мощным давлением современных западных образцов болонизации и принципов образования (часто имеющих выраженный социально-политический окрас) далеко не всегда лучшие традиции отечественного образования и воспитания составляют основу обучения и приобщения обучающихся к здоровому образу жизни. Это актуализирует исследования проблемы здорового образа жизни в контексте разных видов педагогического управления в практике учебной работы российских образовательных учреждений [3, с. 168-169].

К сожалению, вопросы, связанные с мотивацией молодежи к занятиям физической культурой и спортом, несмотря на попытки практического их решения остаются недостаточно разработанными с научной точки зрения, хотя преподавателями некоторых вузов делаются попытки изучить эту проблему [4, с. 65-71, 5, с. 97-110]. Между тем в физической культуре и спорте роль мотивационных, побудительных начал проявляется особенно ярко. Таким образом, возникает проблема необходимости изучения аспектов формирования мотивов у молодежи к занятиям физической культурой и спортом [6, с. 140-141]. Физическая культура создает фундамент для развития других сторон культуры человека. Поэтому одной из основных задач физического воспитания является сформированная потребности к занятиям физической культурой и спортом. Некоторыми учеными проведен теоретический анализ проблемы формирования мотивации к занятиям различными видами двигательной активности, здоровому образу жизни, результаты которого позволили сформировать общую стратегию для продолжения исследования и разработать годичный цикл мероприятий, направленных на формирование мотивации студентов к занятиям физической культурой [7, с. 19-34].

По мнению исследователей Ахметжановой Галины Васильевны, Осипова Алексея Николаевича необходимо использовать определенную методику повышения мотивации к здоровому образу жизни, а именно к занятиям физической культурой. Ими приведена классификация побуждающих мотивов к занятиям физической культуры и причины снижения мотивации к этому виду деятельности. [8, с. 265].

Стоит заметить, что общественное здоровье и культура здорового образа жизни в вузовском образовании современной России оставляет желать лучшего [9, с. 162]. В этой связи особое значение приобретают исследования мотивационно-ценностного отношения молодежи к физической культуре [10, с. 46-51].

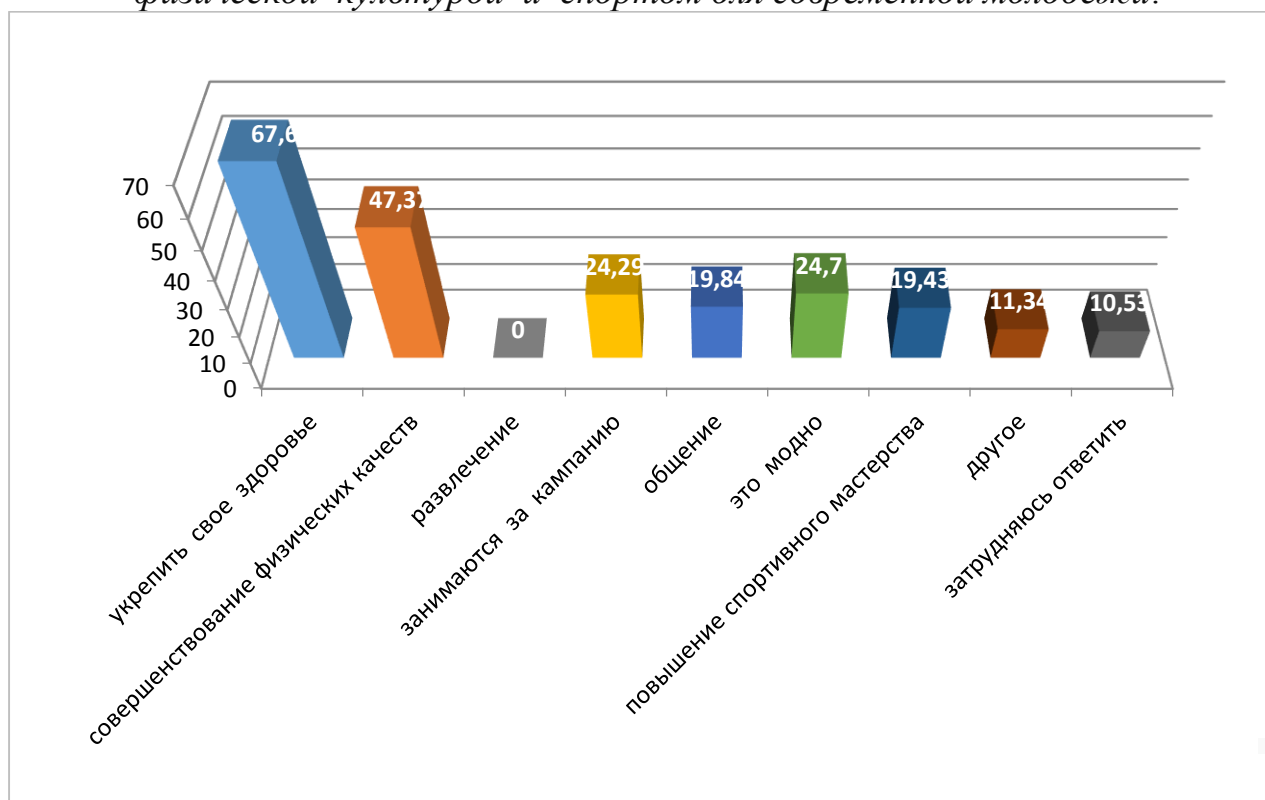
Осенью 2016 г. были проведены исследования мотивации студентов к занятиям физической культурой. Основной метод сбора данных: социологическое анкетирование и опрос. В социологическом анкетировании

участвовало 450 студентов, из которых 68% девушек, и 32% юношей. Данная выборка соответствует половозрастному составу генеральной совокупности студентов вуза.

Основная причина занятием физической культурой и спортом для современной молодежи является укрепление своего здоровья (67,61%), из них более 60% девушек. Совершенствование физических качеств отметили 47,37% респондентов, из которых 72% утвердительно ответили юноши. Примерно для четвертой части респондентов, основная причина занятием физической культурой и спортом является развлечение (21,46%), занимаются за компанию 24,29%, для пятой части респондентов важно общение на занятиях физической культурой (19,84%) и повышение спортивного мастерства (19,43%). Десятая часть респондентов затруднились ответить, а для 24,7% респондентов, среди которых большинство девушки - это модно.

Диаграмма 1

Как вы считает, основная причина занятием физической культурой и спортом для современной молодежи?



Средняя частота занятия физической культурой самостоятельно, помимо дисциплины «физическая культура», для 31,58% опрошенных - два раза в неделю, для 17,41% ответивших - раз в неделю, одна треть вообще не занимается

физической культурой, 23,89% занимаются почти каждый день, 16,60% - каждый день.

Основная причина занятия физической культурой для молодежи, как и подтвердили наши гипотезы, является стремление к укреплению и поддержанию здоровья (72,06%), развитие выносливости (38,87%), развитие силы (36,44%), совершенствование двигательных умений и навыков (28,74%). Одна треть считают, что от занятий физической культурой можно получить удовольствие (31,17%) и хорошее настроение (26,32%).

Опрошенные респонденты, согласно их мнению, были не однородны по степени физической подготовленности. Занимаются дома 35,22%, ходят в спортивный зал, на тренажеры 29,55%, посещают спортивные учреждения 27,13%, занимаются другими видами физической подготовки – 20%, фитнес 17,41%. Около 25% не занимаются никаким спортом и физической культурой. Затруднились ответить 12,96% респондентов.

Студентам был задан косвенный вопрос, о том, какие меры стоит предпринимать, чтобы люди больше занимались физической культурой, как мотивировать людей на занятия спортом. Большая часть молодежи (60,32%) считает, что занятия физкультурой зависит от самого человека, от его желания. Около трети (31,98%) утверждают, что нужно разнообразить занятия физкультурой. Около четверти опрошенных (23,48%) уверены, что основным способом привлечь молодежь к занятиям физической культурой можно через агитацию и пропаганду. Затруднились ответить 9,72%. На вопрос, что нужно сделать, чтобы занятия по физической культуре были более привлекательны, многие опрошенные (46,96%) предлагали улучшить материально-техническую оснащенность спортивного комплекса (инвентарь, тренажеры, оборудование залов и т.п.). 37,65% респондентов считают, что необходимо обеспечить содержание учебно-тренировочных занятий (игры, соревнования, разнообразие физических упражнений, музыкальное сопровождение и т.д.). 23,08% респондентов уверены, что нужно улучшить направления и организационные формы (факультативные занятия, специализация, рекреация, спортивные секции и т. п.), а также изменить зачетные требования сделать менее жесткими). Затруднились ответить 11,34%

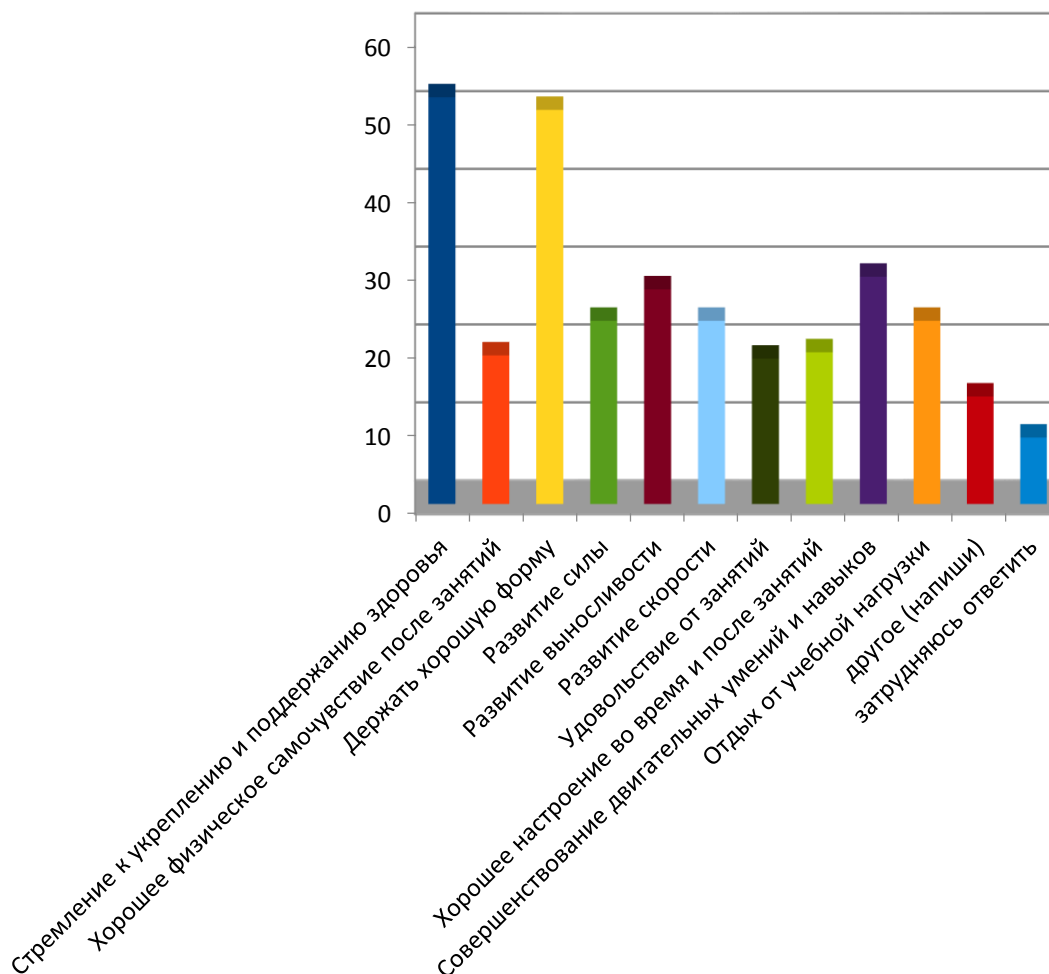
Основную цель посещения занятий по физкультуре опрошенные не скрывали - получить зачет (43,32%). В образовательных учреждениях до сих пор действуют административные способы мотивации к занятиям физической культурой. Хотя среди этих респондентов есть и другие цели, например пообщаться с друзьями (20,65%), отдохнуть (18,22%), развлечься (19,84%), за компанию (10,53%), или модно (16,19%). Для 37,65% опрошенных основной целью является стремление стать здоровым, для 34,41% - совершенствование физических качеств. Для некоторых студентов основная цель занятий - достичь

совершенного телосложения (32,79%), развить волевые качества (23,89%), выработать потребность к регулярным занятиям физическими упражнениями (22,67%), повысить уровень спортивного мастерства (14,98%).

В исследовании были поставлены задачи узнать у опрошенных, есть ли иная причина посещения занятий физической культуры в вузе, кроме получения зачета. Многие указывали несколько причин. Стремление к укреплению и поддержанию здоровья (52,23%), поддержать хорошую форму (50,61%), совершенствование двигательных умений и навыков (29,15%), развитие выносливости (27,53%), развитие силы и скорости (23,48%), отдых от учебной нагрузки (23,48%), пятая часть респондентов указывали хорошее настроение во время и после занятий (19,43%), хорошее физическое самочувствие после занятий (19,03%), удовольствие от занятий (18,62%).

Диаграмма №2

Для вас, какая причина посещения занятий физической культуры в вузе, кроме получения зачета?



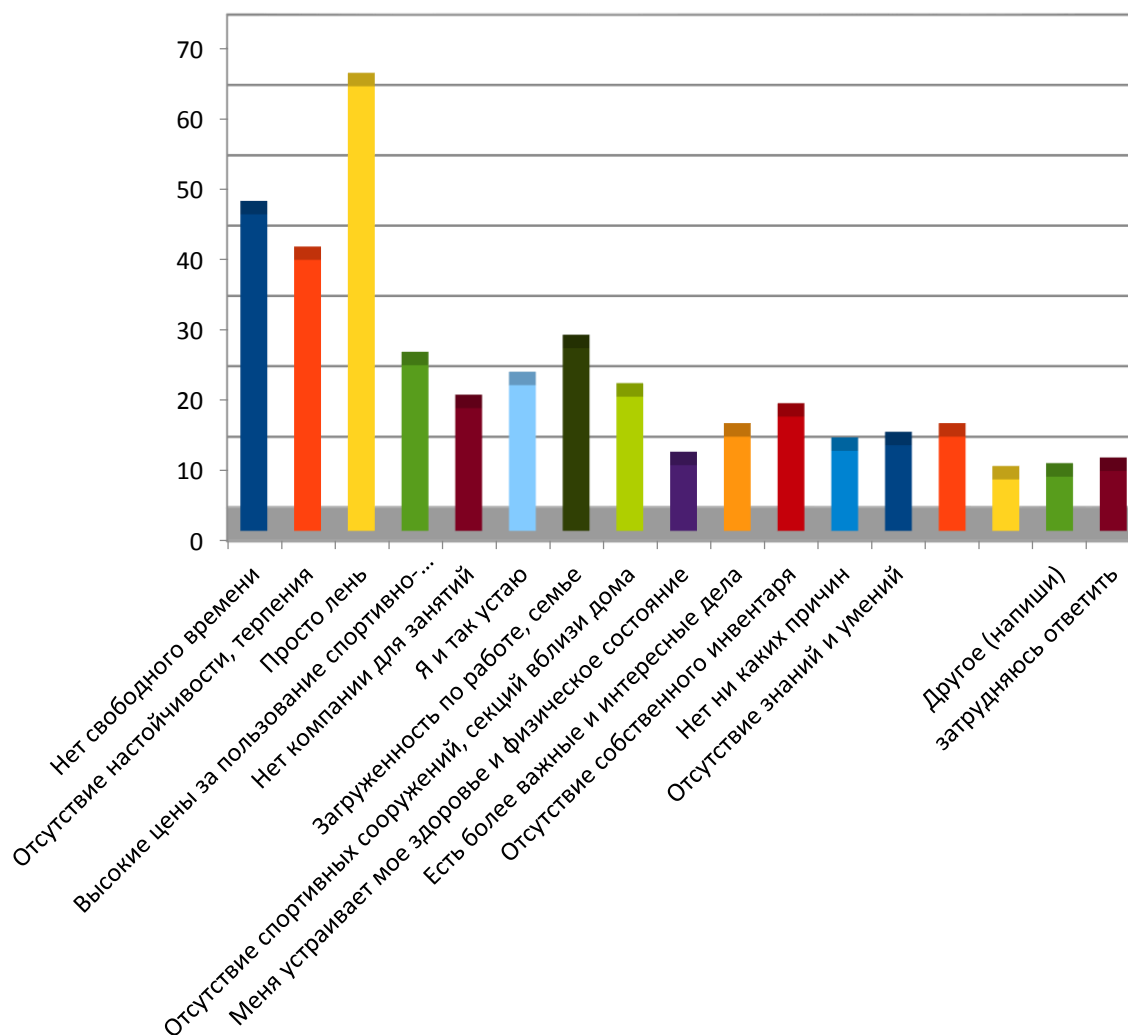
Многие опрошенные на контрольный вопрос по мотивации **«Что вас побуждает заниматься физкультурой и спортом?»** ответили **«улучшить физическую подготовку»** - 53,85%, **«стремление улучшить состояние здоровья и самочувствие»** - 41,70%. Одну треть респондентов **побуждает заниматься физкультурой и спортом** желание получить хорошую оценку (29,15%), улучшить свою фигуру (39,27%), удовлетворение потребности в движении; (28,34%). Пятая часть респондентов указывала стремление показать свои способности (18,22%), желание выполнять физические упражнения (20,65%). Среди этих мотиваций для десятой части молодежи важно общение со сверстниками, нежелание отставать от сверстников. Важно отметить и группу респондентов, которые открыто утверждают, что к занятием физической культурой их ничего не мотивирует (17,81%), а 9,31% респондентов затрудняются ответить.

Среди причин мешающих заниматься самостоятельно физической культурой респонденты в основном указывали нехватку свободного времени (47,37%), большая загруженность другими предметами (43,32%), нежелание преодолевать трудности и совершать волевое усилие (25,10%), отсутствие нужного спортивного инвентаря (18,62%). У 15,79% респондентов вообще нет интереса к занятиям физической культурой, около 10% затруднились ответить и столько же ответивших не видят смысла в занятиях физической культурой и спортом.

Из опроса удалось выяснить, что для четвертой части респондентов основными **причинами низкого уровня двигательной активности** являются **«просто лень»**, у 44,94% опрошенных нет свободного времени, 20,65% испытывают усталость, 25,91% загружены по работе, в семье. 38,46% опрошенных признались, что основная причина **низкого уровня двигательной активности** - отсутствие настойчивости, терпения. Часть респондентов (23,48%) уверены, что, если бы были невысокие цены за пользование спортивно-оздоровительными услугами, (19,03%) наличие спортивных сооружений, секций вблизи дома, то интерес к физической культуре и спорту сильно бы возрос. Другими причинами **низкого уровня двигательной активности для молодежи** являлись отсутствие компании для занятий (17,41%), есть более важные и интересные дела (13,36%), отсутствие знаний и умений (12,15%), **«меня устраивает мое здоровье и физическое состояние»** (9,31%) и **«нет ни каких причин»** для 11,34% респондентов (см диаграмму №3)

Диаграмма №3

Как вы считаете, каковы причины низкого уровня двигательной активности молодежи?



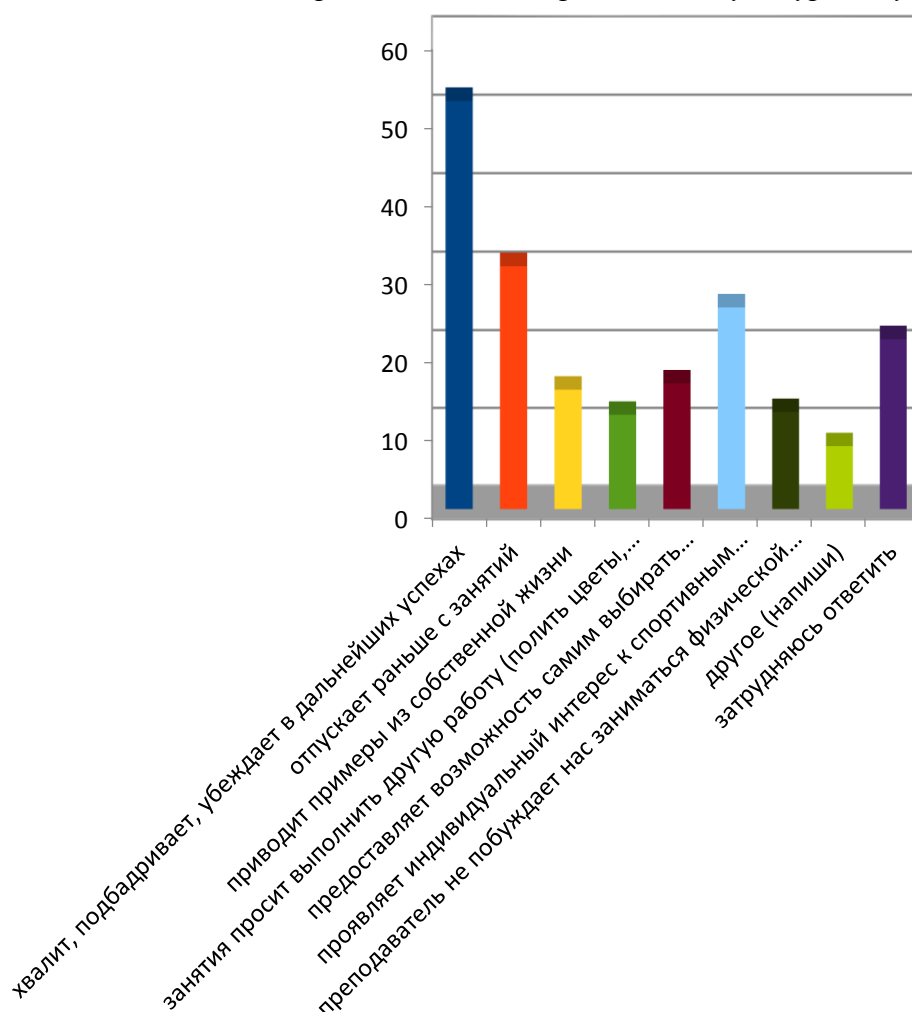
В исследовании была поставлена задача, выяснить, что по мнению респондентов нужно сделать, чтобы занятия по физической культуре были более привлекательны для студентов. Предлагались различные рекомендации. 46,96% опрошенных предлагали улучшить материально-техническую оснащенность спортивного комплекса (инвентарь, тренажеры, оборудование залов и т.п., 37,65% - содержание учебно-тренировочных занятий (игры, соревнования, разнообразие физических упражнений, музыкальное сопровождение и т.д.), 23,08% - улучшить направления и организационные формы (факультативные занятия, специализация, рекреация, спортивные секции и т. п.), 23,08% -

изменить зачетные требования (сделать менее жесткими). Около 10% затруднились ответить.

Немаловажный фактор в мотивации студентов – роль педагога. Данные анкетирования показывают, что для учащихся важно, когда преподаватель их хвалит, подбадривает, убеждает в дальнейших успехах (52,23%), проявляет индивидуальный интерес к спортивным достижениям (25,91%).

Диаграмма №4

Что в деятельности преподавателя по физической культуре побуждает вас к занятиям?



Молодежь осознает, что занятия физической культурой и спортом укрепляют здоровье, совершенствуют физические качества, повышают спортивное мастерство.

Исходя из данных исследования, можно выделить основные причины снижения мотивации к занятиям физической культурой: несоответствие учебной программы и потребностей студентов, недостаточная информированность обучаемых о здоровом образе жизни. Необходимо изменить структуру и

содержание учебных занятий, учитывая личностный интерес. Если говорить масштабно, то на государственном уровне внедрение в образование системы ГТО будет способствовать увеличению интереса к физической культуре [11, с. 22-23]. Кроме того, некоторые авторы предлагают развивать патриотизм волевые качества в спортивно-оздоровительной деятельности вуза [12, с. 151]. Доказана целесообразность по ФГОС 3++ внедрения теоретического урока физкультуры, обеспечивающего минимизацию отрицательных мотивов к здоровому образу жизни. Решение задач мотивирования к занятиям физической культурой возможно с помощью инновационных подходов и средств [13, с. 31]. Повышению мотивации к здоровому образу жизни и занятиям физической культуры способствуют элективные дисциплины по физической культуре и спорту, где для студентов есть возможность приобрести знания, умения и навыки по различным видам спорта.

Библиографический список

1. Романова Е. В. Гармоничное воспитание личности в аксиологической теории ранних евразийцев / Е.В. Романова / Научно-периодический журнал // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – 2016. - № 1. – С.4-18. – [Электронный ресурс]. – URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh/issue/view/59/showToc> (дата обращения: 20.12.2016)
2. Белоуско Д. В. Уровни индивидуализации физкультурного воспитания / Д. В. Белоуско / Научно-периодический журнал // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – 2016. – № 1 (2). – С. 19-23. - [Электронный ресурс]. – URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh/issue/view/43/showToc> (дата обращения: 20.11.2016)
3. Вегнер П. Г., Полотнянко К. Е., Ушакова Е. В., Химичева Н. А. Проблема формирования здорового образа жизни и разнообразие систем педагогического управления / П. Г. Вегнер, К. Е. Полотнянко, Е. В. Ушакова, Н. А. Химичева // Философия образования. - 2016. - №5. –С. 166-175
4. Лобыгина Н. М., Тиканов А. О., Крыловский А. Ю. Мотивация студентов к занятиям физической культурой в вузе / Н. М. Лобыгина, А. О. Тиканов, А. Ю. Крыловский / Научно-периодический журнал // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – 2016. – № 1. – С. 65-71. - [Электронный ресурс]. – URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh/issue/view/59/showToc> (дата обращения: 27.11.2016)
5. Кузьмин Е. Б., Азиулин Р. Р., Денисенко Ю. П., Ионов А. А., Гераськин А. А., Андрюшишин И. Ф. Спортивная мотивация как психическое состояние спортсмена / Е. Б. Кузьмин, Р. Р. Азиулин, Ю. П. Денисенко, А. А. Ионов, А. А.

- Гераськин, И. Ф. Андрюцишин / Научно-периодический журнал // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – 2016. – № 1 (2). – С. 97-110. – [Электронный ресурс]. – URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh/issue/view/59/showToc> (дата обращения: 27.11.2016)
6. Макаренко В. К. Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом / В. К. Макаренко // Известия ПГУ им. В.Г. Белинского. - 2008. - №10. - С.140-141. - [Электронный ресурс]. – URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-motivatsii-k-zanyatiyam-fizicheskoy-kulturoy-i-sportom> (дата обращения: 09.12.2016).]
7. Васильцева И. А., Бродецкий А. Б., Петров С. А. Изучение мотивации к занятиям физической культурой студенческой молодежи / И. А. Васильцева, А. Б. Бродецкий, С.А. Петров // Ученые записки университета Лесгафта. - 2016. - №9 (139). - С. 19-34 - [Электронный ресурс]. – URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/izuchenie-motivatsii-k-zanyatiyam-fizicheskoy-kulturoy-studencheskoy-molodezhi> (дата обращения: 03.12.2016).
8. Ахметжанова Г. В., Осипов А. Н. Повышение уровня мотивации обучаемых к здоровому образу жизни / Г. В. Ахметжанова, А. Н. Осипов // Вектор науки ТГУ. - 2014. - №3. - С.265-266. - [Электронный ресурс]. – URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/povyshenie-urovnya-motivatsii-obuchaemykh-k-zdorovomu-obrazu-zhizni> (дата обращения: 03.12.2016).
9. Колтыгина Е. В., Воронцов П. Г., Ушакова Е. В. Общественное здоровье и культура здорового образа жизни в вузовском образовании современной России / Е. В. Колтыгина, П. Г. Воронцов, Е. В. Ушакова // Философия образования. - 2016. - №6. - С. 162-170.
10. Сухостав О. А. Формирование мотивационно-ценностного отношения студентов к физической культуре / О. А. Сухостав / Научно-периодический журнал // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. - 2016. - №1. - С.46-51. - [Электронный ресурс]. – URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh/issue/view/43/showToc> (дата обращения: 20.11.2016)
11. Дугнист П. Я., Колпакова Е. М., Романова Е. В., Назаров О.О. Роль и значение ГТО в современном обществе / П. Я. Дугнист, Е. М. Колпакова, Е. В. Романова, О. О. Назаров / Научно-периодический журнал // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. - 2015. - №1. - С. 11-24. – [Электронный ресурс]. – URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh/issue/view/43/showToc> (дата обращения: 22.12.2016)
12. Роганов О. А., Воронцов П. Г., Шебалина Л. Г., Эртель В. А. Патриотизм и развитие волевых качеств молодежи в спортивно-оздоровительной деятельности

Научно-периодический журнал «Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта». - 2017. - № 1 (4). - С. 49-59

Раздел. Педагогические и социально-философские проблемы физкультурной деятельности

вуза / О. А. Роганов, П. Г. Воронцов, Л. Г. Шебалина, В. А. Эртель // Философия образования. - 2016. - №6. - С. 151 -161

13. Чуб Я. В., Чуб А. Ю. Игровая деятельность студентов на занятиях по физической культуре в технологической подготовке в вузе / Я. В. Чуб, А. Ю. Чуб / Научно-периодический журнал // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – 2015. – № 1. – С.31-33. – [Электронный ресурс]. – URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh/issue/view/43/showToc> (дата обращения: 23.12.2016)