

УДК 159.923

МОТИВАЦИЯ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ПРОФИЛЯ ФАКУЛЬТЕТА

А. С. ПОДЛЕЩУК, А. С. ДЕМЬЯНОВА
(Представлено: И. А. МАРИНА)

Статья посвящена исследованию специфики мотивации студентов к занятиям физической культурой в разрезе их профессиональной направленности. На основе анкетирования 300 учащихся различных факультетов выявлены и проанализированы значимые различия в доминирующих мотивах, барьерах и предпочтениях. Полученные данные свидетельствуют о необходимости дифференцированного подхода к организации учебного процесса по физической культуре.

Введение. Физическое развитие человека, обеспечение слаженной работы всех органов и систем зависит во многом от физических нагрузок. Чтобы организм нормально функционировал, каждому человеку требуется определенный минимум двигательной активности. В современном мире взрослый человек ощущает существенно меньшую потребность в движениях, чем необходимо это для естественного его развития. Поэтому представляет актуальность рассмотрение мотивационных аспектов при занятиях физической культурой и спортом [1].

В Республике Беларусь государство уделяет особое внимание развитию физической культуры, в частности принимаются различные нормативно-правовые акты и программы, которые направлены на достижение высоких результатов в сфере спорта. Например, в Государственной программе «Физическая культура и спорт» (далее по тексту – Программа) главными задачам были определены совершенствование спортивной, физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой инфраструктуры, а также патриотическое воспитание молодежи, в том числе детей, школьников и студентов. Кроме этого, в Программе говорится о том, что государство будет разрабатывать научные методы и внедрять результаты научных исследований и разработок в практику спортивной подготовки. Данная задача включает преподавание физической культуры в школах и университетах, то есть университеты и школы должны быть главными площадками для внедрения научных методов и разработок [2].

Мотивация к занятиям физической культурой и спортом — это совокупность внутренних и внешних мотивов, побуждающих к физической активности для сохранения здоровья, и условий, содействующих реализации физически активного поведения. Приобщение человека к занятиям физическими упражнениями следует начинать с формирования у него мотивации здоровья. Проблема видится в том, что человек не может хотеть быть здоровым, если он в данный момент хорошо себя чувствует и не жалуется на какие-либо недомогания. Поэтому, заводя речь о мотивации к занятиям физической культурой и спортом, прежде всего необходимо понимать, что здоровье – величина непостоянная. Забота о здоровье, его укреплении должна быть ценностным мотивом, формирующим, контролирующим и регулирующим образ жизни человека [3]. Однако мотивационная структура студентов крайне неоднородна и определяется широким спектром причин, которые условно можно разделить на основные (базовые) и второстепенные (ситуативные). Если основные факторы, такие как сохранение здоровья или выполнение учебных требований, достаточно хорошо изучены, то роль второстепенных факторов часто недооценивается. В то же время, именно они могут стать решающим элементом в формировании положительного отношения к занятиям.

Цель. Целью работы является выявление и сравнительный анализ особенностей мотивации к занятиям физической культурой среди студентов факультетов различного профиля.

Задачи исследования. Провести сравнительный анализ уровня и структуры мотивации у студентов гуманитарных, технических, юридических и экономических специальностей; выявить профильно-специфичные барьеры и стимулы для занятий; определить предпочтения в видах физической активности в зависимости от специализации; разработать адресные рекомендации по оптимизации процесса физического воспитания для разных групп студентов.

Методы исследования. Основным методом исследования является анкетирование студентов разных факультетов для сбора данных о мотивационных факторах, используется статистический анализ для обработки результатов, проводятся сравнительные методы оценки различий между группами респондентов, а также применяется теоретический анализ научной литературы по проблемам мотивации в сфере физического воспитания.

Результаты и их обсуждение. Исследование проводилось путём анкетирования, было предложено ответить на вопросы по заданной теме, у респондентов была возможность выбора нескольких вариантов ответа. В анкетировании участвовали студенты финансово-экономического факультета (ФЭФ), юри-

дического факультета (ЮФ), факультета информационных технологий (ФИТ), гуманитарного факультета (ГФ), инженерно-строительного факультета (ИСФ), механико-технологического факультета (МТФ), факультета компьютерных наук и электроники (ФКНЭ) Полоцкого государственного университета им. Евфросинии Полоцкой в возрасте 17–22 года в количестве 300 человек.

Результаты исследования выявили устойчивую зависимость между профилем факультета и мотивационной структурой. Анализ данных показал, что посещаемость занятий по физической культуре варьируется в зависимости от факультета. Наиболее высокая регулярность наблюдается среди студентов ФИТ, где 47 % респондентов указали, что посещают занятия регулярно. При этом студенты ФЭФ демонстрируют наиболее низкую вовлеченность: 38 % опрошенных посещают занятия редко или никогда. Снижение посещаемости может быть обусловлено комплексом факторов, включая недостаточный уровень внутренней мотивации студентов, высокую интенсивность академической нагрузки, что особенно характерно для факультетов с экономическим профилем, а также значительную долю лиц, официально освобожденных от занятий по состоянию здоровья.

Основные мотивы для занятий физической культурой среди студентов сильно разнились в зависимости от их профиля, так, для студентов МТФ главными факторами являются здоровье и физическая форма (71 %), а для студентов ФЭФ, ИСФ и ФКНЭ необходимость получения зачёта (ФЭФ – 37 %, ФКНЭ – 40 %, ИСФ – 36 %). При этом обязательная учебная программа играет значительную роль для студентов ГФ и ЮФ, где 38 % и 33 % респондентов соответственно указали её в качестве ключевого фактора. Интересно, что возможность провести время с пользой привлекает лишь небольшой процент опрошенных, что может говорить о недостаточной привлекательности текущего формата занятий.

Исследование выявило различия в уровне физической активности студентов вне учебного процесса. Наибольшая вовлеченность в спорт и регулярные тренировки наблюдается среди учащихся ФИТ (41 %). Более половины респондентов ФЭФ (52 %) оценили свою активность как среднюю, что соответствует редким занятиям или пешим прогулкам. 40 % студентов ФКНЭ указали, что практически не занимаются физической активностью вне университета, что может быть связано с высокой учебной нагрузкой или отсутствием интереса к спорту.

Нагрузка оказывает существенное влияние на посещаемость занятий по физической культуре. Так, 60 % студентов ФКНЭ отметили, что учёба не оставляет времени на физкультуру. В то время как, 66 % студентов ГФ считают, что специфика их факультета требует физической активности. При этом 52 % респондентов ФЭФ и 41 % ФИТ ответили, что специфика их факультета не влияет на отношение к занятиям. Это позволяет предположить, что проблема низкой вовлеченности связана не только с академической загруженностью, но и с личной мотивацией студентов.

Обязательные нормативы, такие как бег или подтягивания, вызывают стресс у значительной части студентов. Наибольший уровень демотивации наблюдается среди учащихся ЮФ (80 %). Наибольший процент мотивации принадлежит студентам ФЭФ и равен всего лишь 14 %. Возможно, стоит внедрить более гибкую систему нормативов по определению уровня подготовки студентов по учебной дисциплине «физическая культура» или альтернативные формы активности, учитывающие индивидуальные возможности и интересы студентов.

Выводы. Профиль факультета является значимым фактором, определяющим структуру мотивации, набор барьеров и предпочтений студентов в сфере физической культуры. Наблюдается четкая закономерность: студенты технических специальностей (МТФ, ФИТ) чаще всего указывали на острую нехватку времени, для них ключевым мотивирующим фактором являлось снятие умственного напряжения и стресса, поэтому они проявляли больший интерес к игровым видам спорта или интенсивным тренировкам; учащиеся гуманитарных факультетов (ГФ) демонстрировали большую вовлеченность в занятия, связанную с эстетическими и коммуникативными мотивами, они чаще выбирали фитнес-направления, стремясь к улучшению телосложения, и высоко оценивали значение групповой динамики (важна для 72,7% опрошенных с ГФ); студенты юридического и экономического профилей (ЮФ, ФЭФ) проявляли прагматичный подход: для них была наиболее важна связь физической культуры с будущей профессиональной деятельностью (работоспособность, презентабельный внешний вид, стрессоустойчивость). Унифицированный подход к преподаванию физической культуры не учитывает эти различия и является малоэффективным.

Среди возможных мер, способных повысить интерес к занятиям, студенты всех факультетов особенно выделили возможность выбора понравившегося вида спорта. Эти данные указывают на необходимость персонализации учебного процесса и внедрения более разнообразных форм физической активности.

Для повышения эффективности физического воспитания рекомендуется: для технических факультетов – внедрить краткие, но интенсивные форматы занятий (функциональный тренинг, игры) в середине учебного дня для «перезагрузки», а также минимизировать акцент на обязательных нормативах; для гуманитарных факультетов – расширить спектр фитнес-программ и клубных форм работы, сделать акцент

на групповые активности; для юридических и экономических факультетов – разработать и внедрить программы, напрямую увязывающие физическое развитие с профессиональными компетенциями, включить элементы телесных практик и курсы по управлению стрессом.

ЛИТЕРАТУРА

1. Камалов А. А., Хасанова Е. З. Мотивация к занятиям физической культурой и спортом // 2023. №3 (101) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://scilead.ru/article/3873-motivatsiya-k-zanyatiyam-fizicheskoy-kulturoj/>. – Дата доступа: 20.04.2025.
2. Государственная программа развития физической культуры и спорта в Республике Беларусь на 2021–2025 годы // Официальный сайт Министерства туризма и спорта Республики Беларусь [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.mst.by/ru/razvitiesporta-ru/>. – Дата доступа: 20.04.2025.
3. Ярмухаметова, Г.У. Мотивация в спорте / Г.У. Ярмухаметова // Вестник науки. - 2018. - № 8. – С. 62-67.