

ОСНОВНЫЕ И ВТОРОСТЕПЕННЫЕ ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА МОТИВАЦИЮ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

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

В работе проведено исследование с целью определения основных и второстепенных факторов, влияющих на вовлеченность студентов в занятия физической культурой. Проведена классификация факторов на основные и второстепенные, определена их иерархия и взаимосвязь. Подчеркивается значимость учета всего спектра мотивационных стимулов для повышения эффективности физкультурно-оздоровительной работы в вузах.

Введение. В настоящее время с каждым годом все сильнее прослеживается негативная тенденция ухудшения здоровья обучающихся вузов. Здесь можно отметить, что общество ожидает от занятий физической культурой и спортом мотивационно-формирующую составляющую здоровой и физически развитой студенческой молодёжи, однако, реальная картина показывает нежелание студентов к занятиям и их непонимание ценности физической культуры в образовательном процессе. В связи с этим в данном вопросе наиболее актуальной задачей становится формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом, где мотивация выступает как основа повышения здоровья студентов, их гармоничного физического развития и повышения эффективности учебной, социальной и профессиональной деятельности [1].

На современном этапе развития необходимо эффективно организовывать учебно-воспитательный процесс студентов, который будет способствовать разностороннему физическому развитию, и обеспечивать оптимальный уровень работоспособности, психологической устойчивости и здоровья. Физическое воспитание в вузе должно быть систематизировано и направлено на формирование у молодежи убежденных взглядов на здоровый образ жизни, базирующийся на регулярной физической активности, занятиях спортом не только во время учебы в вузе, но и на протяжении всей жизни [2].

Для повышения мотивации студентов к регулярным самостоятельным занятиям спортом необходимо предоставить достаточный объем информации о методах использования средств физической культуры при формировании личностных качеств, способствующих дальнейшему профессиональному росту и возможности найти свое место в жизни. Повысить интерес к занятиям физической культурой и спортом позволит показ социальной значимости физической культуры, как для общества в целом, так и для отдельной личности [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 исследования является выявление, анализ и систематизация основных и второстепенных факторов, влияющих на мотивацию студентов к занятиям физической культурой. В отличие от основных мотивационных факторов, таких как здоровье, физическая форма или требования учебной программы, второстепенные аспекты часто остаются без внимания, хотя могут играть значительную роль в формировании отношения студентов к физической активности.

Задачи исследования. Выявить основные и второстепенные факторы, влияющие на мотивацию студентов к занятиям физической культурой, проанализировать их значимость в различных направлениях, разработать практические рекомендации для повышения вовлеченности студентов в занятия физкультурой.

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 Полоцкого государственного университета им. Евфросинии Полоцкой в возрасте 17–22 года в количестве 300 человек.

Анализ данных позволил четко дифференцировать факторы мотивации. К основным факторам были отнесены: стремление к укреплению здоровья (отмечают 46,4 % респондентов), необходимость получения зачета (56,5 %), обязательная учебная программа (43,5 %). Эти факторы носят универсальный характер и являются базовыми двигателями физически активного поведения.

Второстепенные факторы, хотя и обладают меньшей побудительной силой, играют критическую роль в поддержании интереса и регулярности занятий. Так, 63,8 % опрошенных указали, что возможность выбора понравившегося вида спорта значимо повысила бы их вовлеченность. Почти половина респондентов (47,8 %) отметили важность гибкого графика занятий. Качество работы преподавателя является мотивирующим фактором для 27,5 % студентов, а комфортная социально-психологическая атмосфера, созданная групповой динамикой, важна для 46,4 % учащихся. Важно отметить, что второстепенные факторы зачастую выступают в роли «демотиваторов»: их отсутствие или низкое качество могут нивелировать действие даже сильных основных мотивов. Например, 39,1 % студентов испытывают стресс и демотивацию из-за необходимой сдачи обязательных нормативов, а для 20 % эмоциональное состояние (стресс, усталость) часто становится причиной пропусков.

Выводы. Мотивация студентов к занятиям физической культурой формируется под воздействием сложного комплекса факторов, которые могут быть структурированы по принципу иерархии на основные и второстепенные. Основные факторы (здоровье, зачет, физическая форма) задают общую направленность мотивации, в то время как второстепенные (выбор активности, гибкий график, атмосфера) определяют ее устойчивость и практическую реализацию. Эффективная система физического воспитания в вузе должна опираться не только на базовые мотивы, но и целенаправленно формировать и совершенствовать второстепенные условия, создавая тем самым благоприятную среду для мотивации.

Для повышения мотивации студентов рекомендуется: диверсифицировать предлагаемые виды физической активности с учетом современных фитнес-трендов (йога, плавание и др., что актуально для 59,4 % опрошенных); внедрить систему гибкого графика занятий; повышать квалификацию преподавательского состава в области психологии мотивации и создания благоприятного климата в группе; проводить регулярный мониторинг состояния спортивной инфраструктуры (неудовлетворенность которой выразили 5,8 % студентов) и оперативно устранять ее недостатки.

ЛИТЕРАТУРА

1. Харьковская, А.Г. Основные направления личной и социальной подготовки человека к трудовой деятельности / А.Г. Харьковская, А.И. Усенко // Вестник ИМСИТ. – № 3/4 (59/60), 2014. – С. 64–68.
2. Лубышева, Л. И. Социология физической культуры и спорта: учебное пособие / Л.И. Лубышева, М.: Академия, 2020. 272 с.
3. Бабушкин, Г.Д. Психология физической культуры и спорта: учебник / Г. Д. Бабушкин, В. Н. Смоленская, Омск: СибГУФК, 2016. 147 с.