

Здоровьесбережение – это целая система, создающая максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья всех субъектов образования.

Современные тенденции системы здоровьесберегающего образовательного пространства диктуют необходимость изучения вопроса удовлетворения ключевых потребностей детей: успешность, безопасность, поддержка, общение, признание, саморазвитие, самореализация, развитие адаптивных возможностей, сохранение здоровья и т.д. А также сквозного психолого-педагогического сопровождения в системе здоровьесберегающего образования, обеспечивающее высокое качество российского образования.

Здоровьесберегающие технологии, организованные правильным образом, способствуют решению наиболее важных задач современного образования, а именно: сохранению и поддержанию здоровья детей. Воспитание грамотного и бережного отношения ребенка к своему здоровью, жизни, умение оберегать, поддерживать и сохранять его самостоятельно – все это решает задачу правильного понимания ребенком здорового образа жизни и безопасного поведения. Закаливание, физкультурные занятия, гимнастика, физкультурные минутки, прогулки на свежем воздухе, занятия в хорошо проветренных помещениях, завтрак и обед по расписанию – эти виды здоровьесберегающей деятельности позволяют учащимся быть здоровыми и делать собственные правильные выводы относительно своего поведения для достижения поставленных целей.

#### **Литература:**

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <https://base.garant.ru/70291362/>. – Дата доступа : 16.04.2022.

2. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <https://rg.ru/2020/12/22/rospotrebnadzor-post28-site-dok.html>. – Дата доступа : 16.04.2022.

3. Золотова, М.Ю. Формирование общекультурных компетенций бакалавра в рамках преподавания элективных дисциплин по физической культуре и спорту в вузе / М.Ю. Золотова, Т.Ю. Маскаева, С.Е. Глачаева // Педагогическое образование и наука. – 2019. – № 2. – С.57-59.

4. Ковачева, И.А. Дистанционное обучение студентов ГСГУ по дисциплине «физическая культура и спорт» в период пандемии / И.А. Ковачева, В.В. Чайченко // Педагогическое образование и наука. – М., 2021. – № 2. – С.87-89.

УДК 796.011.3-057.87

## **МОТИВИРОВАННОСТЬ СТУДЕНТОВ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ**

**Козлова Т.В.**

УО «Белорусский государственный технологический университет»,  
г. Минск, Республика Беларусь

Физическая культура студенческой молодежи учреждений высшего образования (УВО) нефизкультурного профиля стала предметом широких научных исследований в последние два десятилетия. Особенно уязвимы студенты на начальной стадии обучения, так как они сталкиваются с серьезными учебными нагрузками, пока еще непривычными для

них, а смена образа жизни и, возможно, места жительства, и недостаток свободного времени приводят к уменьшению физической активности молодежи.

В вузах нефизкультурного профиля ещё не было проведено целостного исследования формирования потребности у студентов в физической культуре, не были рассмотрены ее виды, формы и методы внедрения, поэтому на сегодняшний день обозначилась важная проблема формирования у студентов мотивов к спортивной деятельности [1].

В настоящее время место физической культуры в системе культурных ценностей студенческой молодежи не соответствует ее значению в качестве одного из важнейших показателей общей культуры студентов.

Мотив – это внутренняя движущая сила, побуждающая человека к действию. Невозможно в один момент сформировать интерес к занятиям спортом, необходимо постепенное, планомерное вовлечение в деятельность, начиная с основ, таких как понятия здоровья и важности здорового образа жизни, заканчивая глубокими теоретическими знаниями о физиологии человека и интенсивными физическими нагрузками.

У каждого человека спорт в жизни играет свою роль. Для некоторых физическая культура остается лишь обязательной для посещения дисциплиной, установленной учебной программой, по которой необходимо получить зачет, чтобы успешно сдать сессию и продолжить дальнейшее обучение в университете по своей специальности [2].

С целью изучения мотивированности студентов 1 курса 7 факультетов учреждения образования «Белорусский государственный технологический университет» (УО «БГТУ») к занятиям физической культурой (ФК) было проведено анкетирование. В исследовании приняли участие студенты 1 курса 7 факультетов в количестве 498 человек (265 юношей и 233 девушки). Анкета содержала 25 вопросов, которые заполнялись анонимно. Студенты должны были высказать свое отношение к предложенным утверждениям, оценивая их значимость для себя по 5-балльной шкале: «1» – не согласен совсем; «2» – мне безразлично; «3» – согласен частично; «4» – скорее да, чем нет; «5» – согласен полностью.

Согласно полученным данным было установлено, что 53% опрошенных – студенты мужского пола, 47% – студенты женского пола. В таблице 1 представлены результаты анкетного опроса студентов 1 курса 7 факультетов БГТУ.

**Таблица 1 – Результаты анкетирования студентов БГТУ.**

<b>№ п/п</b>	<b>Утверждения</b>	<b>Оценка в %</b>
1.	Всегда с нетерпением ждут занятий ФК, потому что они укрепляют здоровье	64%
2.	Всегда находят возможность заниматься ФК, потому что движение доставляет радость	65%
3.	В любых обстоятельствах стараются регулярно заниматься ФК	57%
4.	Приходится ходить на занятия ФК, чтобы получить «зачет»	87%
5.	Занятия физической культурой и спортом (ФКиС) нужны для того, чтобы в дальнейшем использовать эти знания, навыки и умения в жизни	59%
6.	Интерес к ФК не пропадает даже во время каникул	68%

7.	Нравятся физкультурно-спортивные праздники и соревнования, связанные с борьбой и соперничеством	78%
8.	Получают удовольствие от занятий ФКиС	64%
9.	Думают, что все оздоровительные мероприятия должны содержать разные игры и развлечения	41%
10.	Хотят заниматься физическими упражнениями (ФУ) и спортом, потому что это модно и престижно	68%
11.	Самостоятельные занятия ФУ уже стали привычкой	44%
12.	Занятия ФУ приятны, улучшают настроение и самочувствие	60%
13.	Считают, что дополнительные занятия ФУ полезны для здоровья, потому что занятий ФК недостаточно	90%
14.	На занятиях ФУ и спортом воспитывают в себе смелость, решительность и самодисциплину	54%
15.	Во время каникул нравится много двигаться и заниматься ФК	51%
16.	Даже в каникулы заставляют себя уделять время занятиям ФУ	63%
17.	Считают, чтобы занятия ФКиС не прерывались во время каникул, обязательно должен кто-то контролировать	28%
18.	Стараются накопить опыт физкультурно-оздоровительной работы, чтобы использовать его в будущей жизни	45%
19.	Общение с друзьями во время физкультурно-спортивных мероприятий доставляет большое удовольствие	43%
20.	Всегда интересуются физкультурно-спортивной работой и принимают в ней участие	58%
21.	Нравится, что на занятиях по физической культуре есть элемент соперничества	55%
22.	Хотят заниматься ФУ, чтобы научиться красиво двигаться, иметь стройную фигуру и сильные мышцы	77%
23.	Занятия ФК привлекают играми и развлечениями	51%
24.	Активный отдых в выходные дни, прогулки и подвижные игры – это привычка	57%
25.	ФК, спорт, подвижные игры на досуге и в каникулы помогают оставаться радостными, бодрыми и веселыми	66%

Проведенное исследование позволило выявить мотивированность студентов технологического университета города Минска к занятиям по ФК, зависящую от желания хорошо выглядеть, укреплять и поддерживать здоровье, развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки, получать положительные эмоции. При формировании программы физического воспитания (ФВ) необходимо учитывать выявленные мотивы и индивидуальные предпочтения, а также использовать разнообразные занятия по ФВ, увеличивая коли-

чество видов спорта и оздоровительной физической культуры, которые могли бы вызывать и поддерживать интерес любого контингента студентов. Данные исследования необходимо учитывать при формировании программы по ФВ, так как это поможет эффективно реализовывать процесс физического воспитания в УВО и формировать у студентов осознанную мотивацию к занятиям по физической культуре. Когда студент видит достижения, полученные собственными силами, он укрепит веру в пользу здорового образа жизни; он познает новое в процессе работы над собой; растёт мотивация заниматься дальше, укрепляется вера в свои силы [3].

#### **Литература:**

1. Лотоненко, А. В. Педагогическая система формирования у студенческой молодежи потребностей в физической культуре : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04 / А. В. Лотоненко. – Воронеж, 1998. – 360 с.
2. Подоляк, Ю. Г. Проблема мотивации студентов к занятиям физической культурой / Ю. Г. Подоляк, А. А. Самохин // Физическое воспитание и спорт в ВУЗах, 2014. – 133 с.
3. Сизова, Н. В. Формирование мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом / Н. В. Сизова, Е. П. Семиглазова // Сборник научных трудов по итогам международной научно-практической конференции. – Челябинск, 2014. – 65 с.

УДК 796.

## **КОМПЬЮТЕРНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

**Щуко В.М.**

УО «Витебская ордена «Знак Почета» государственная академия ветеринарной медицины»,  
г. Витебск, Республика Беларусь

**Введение.** В настоящее время все более актуальным становится принцип оздоровительной направленности занятий физической культурой. Здоровье человека относится к числу глобальных проблем современности, в которой налицо наибольшее обострение противоречий: издержки цивилизации не могли негативно не отразиться на состоянии здоровья современного человека.

Одно из наиболее перспективных направлений, позволяющих существенно повысить эффективность физкультурно-оздоровительной деятельности, - личная заинтересованность каждого человека в укреплении своего здоровья. И задача специалистов, работающих в области физической культуры, - разбудить заинтересованность в формировании здорового образа жизни. В решении этой задачи большую помощь может оказать и оказывает электронно-вычислительная техника.

Преподаватели физической культуры при оценке физической кондиции студентов сталкиваются с рядом проблем: неоднородностью единиц измерения результатов тестирования, большим разнообразием тестовых программ, низким уровнем мотивации как у студентов, так и у преподавателей, недостаточной подготовкой преподавателя к проведению тестирования и др.

Актуальным остается вопрос о вооружении педагога инструментами, знаниями, позволяющими использовать средства и методы физической культуры для реабилитации и оздоровления людей различного возраста.