

Молодежь воспринимает здоровье как объективно данное природой качество и не принимает должных мер по его укреплению и сохранению, вспоминая о его важности только в процессе болезни.

Аксиологическое значение физической культуры как стратегического ориентира активной творчески долгой жизни в сознании молодого человека пока не сформировано, поэтому отказ от обязательного физического воспитания, по нашему мнению, негативно скажется на уровне работоспособности подрастающего поколения, уровне заболеваемости специалистов разного профиля, развитии трудового ресурса нации общества, государства в целом.

Вышеперечисленные обстоятельства определяют профессиональную компетентность преподавателя (учителя) физической культуры в качестве обязательного условия личности специалиста, располагающего не только современными теоретическими знаниями, практическими умениями и навыками, но и способностями вариативного подхода к решению оздоровительных, развивающих, образовательных и воспитательных задач подрастающего поколения.

Литература. Прохоров Ю. М. Организационные и содержательные аспекты формирования физической культуры личности студента: (на примере ВГУ имени П. М. Машерова) / Ю. М. Прохоров // Мир спорта. – 2016. – № 4. – С. 27–32. 2. Прохоров Ю. М. Педагогические основания укрепления здоровья студенческой молодежи средствами физической культуры / Ю. М. Прохоров // Веснік Віцебскага дзяржаўнага ўніверсітэта. – 2017. – № 4. – С. 132–135. 3. Прохоров, Ю. М. Физическая культура : курс лекций : учебно-методическое пособие / Ю. М. Прохоров. – Витебск : ВГУ имени П. М. Машерова, 2017. – 190 с.

УДК 796.071

МОТИВАЦИОННО-ПОТРЕБНОСТНЫЙ КОМПОНЕНТ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ

Сафронова Н.И.

Белорусский государственный университет, г. Минск, Республика Беларусь

Процесс обучения в учреждении высшего образования связан со способностью молодежи адаптироваться к условиям внешней среды. Принимая идею развития человека в обучении, необходимо вовлечь его в процесс самопознания, что является возможным через физическую культуру. Это позволяет активировать интеллектуальные и эмоциональные резервы организма студента и выявлять способности к здравосозиданию как способу предупреждения развития болезни. На пути к этому важную роль играют потребности и мотивация современной молодежи, побуждающие и направляющие поведение на пожизненно важные условия и предметы, определяющие пристрастность, избирательную и конечную целенаправленность психофизического отражения и регулируемой им активности.

Сегодня многие ученые, медицинские работники и педагоги бьют тревогу, что из года в год ухудшается здоровье студентов, снижается уровень физической подготовленности, функционального и физического состояния абитуриентов, растет количество занимающихся в специальном учебном отделении (СУО). Вместе с тем, также падает интерес и к физкультурным занятиям. Поэтому, одной из основных задач физического воспитания является сформировать потребность и мотивации студента в занятиях физической культурой и спортом.

Потребность – один из важнейших источников и условий развития личности и общества, побудительная причина социальной деятельности людей [5, с. 19]. Это специфическая сила живых организмов, обеспечивающая их связь со внешней средой для самосохранения и саморазвития, источник активности живых систем в окружающем мире [6]. Удовлетворение потребности в желаемом для общества направлении может быть достигнуто двумя путями: непосредственным воздействием на сознание и подсознание субъекта с помощью имитационного воспроизведения поведенческих эталонов; через вооружение субъекта социально ценными способами и средствами удовлетворения его потребностей [6].

Потребности в физической культуре - главная побудительная, направляющая и регулирующая сила поведения личности широкого спектра: в движениях и физических нагрузках; в общении, контактах и проведении свободного времени в кругу друзей; в играх, развлечениях, отдыхе, эмоциональной разрядке; в самоутверждении, укреплении позиций своего «Я»; в познании; в эстетическом наслаждении; в улучшении качества физкультурно-спортивных занятий, в комфорте и др. [4, с. 9].

Потребность в физической активности может актуализироваться в результате приобретения соответствующих знаний, создания мотивационно-ценностных ориентаций (интересов и мотивов), сформированности умений и навыков, проявляемых в определенном поведении, образе жизни, самостоятельной, индивидуальной физкультурно-оздоровительной деятельности.

Для человека побуждением к деятельности являются воспитательные отношения, направляемые на формирование мотивационных ориентаций. Поскольку человек всегда стоит перед выбором доминирующей мотивации, которая часто определяется не столько сложившейся потребностью, но и зоной ближайших целей, то забота о поддержании здоровья зачастую отодвигается на задний план.

Мотивация отвечает за стратегическую направленность поведения на жизненно важные цели, тогда как способ поведения, его тактическая реализация определяются механизмами опыта и научения [2, с.8]. В качестве прямых и косвенных, внутренних и внешних причин, поведение детерминируется большим кругом взаимодействующих факторов, явлений и процессов, в том числе такими формами приобретенного опыта, как умения и навыки. Из сказанного следует, что **мотивация служит пусковым механизмом** целенаправленного поведения, а способ его реализации будет определяться опытом и научением, что в современном понимании обозначается как технология.

Процесс реализации мотивов в деятельность протекает при участии:

- программы действия (представления о том, что нужно сделать, чтобы реализовать мотив);
- оперативной готовности к действию (наличие способностей, знаний, умений для осуществления деятельности);
- наличие обратной связи (информации об эффективности действия) [1, с. 135].

Возникающая на основе потребностей система мотивов определяет направленность личности, стимулирует и мобилизует ее на проявление активности. Основными, на наш взгляд, можно выделить следующие:

- физическое совершенствование (стремление ускорить темпы собственного развития, занять достойное место в своем окружении, добиться признания, уважения);
- соперничество (стремление выделиться, самоутвердиться в своей среде, добиться авторитета, поднять свой престиж, быть первым);
- подражание (стремление быть похожим на тех, кто достиг определенных успехов в физкультурно-спортивной деятельности или обладает особыми качествами и достоинствами, приобретенными в результате занятий);
- игровой мотив (игра, как средство развлечения, нервной разрядки, отдыха) [4, с. 11].

Вместе с тем, в настоящее время наблюдается парадокс: при абсолютно положительном отношении к факторам здорового образа жизни, особенно в отношении двигательного режима и питания, значительное число лиц его нарушают. Это происходит из-за отсутствия достаточной грамотности в области физической культуры, поведенческой пассивности.

С целью выяснения потребностей, которые стремятся реализовать студенты СУО в сфере физической культуры, мы обозначили в нашей анкете вопрос о том, **Какие потребности Вы реализуете в ходе практических занятий по физической культуре или собираетесь реализовать?**

Согласно анкетному опросу, основными потребностями у студентов специального учебного отделения оказались: потребность в укреплении здоровья – 37,8%, в формировании телосложения, фигуры – 24,5%. Как видим, высокий процент стремящихся реализовать свою потребность в укреплении здоровья и формировании телосложения, фигуры в сфере физической культуры еще раз подтвердил желание студенческой молодежи с отклонениями в состоянии здоровья (имея по 2 и более диагнозов) выглядеть здоровыми и привлекательными.

Значительное место студентами уделяется потребностям в отдыхе, в повышении работоспособности организма, в общении, в самоутверждении, в попытке лучше узнать себя, в игровой и соревновательной деятельности. Большой kaleidoscope потребностей говорит о разностороннем развитии личности современных студентов.

Таким образом, жизненные условия не всегда способствуют формированию мотивов, и необходимы социальные условия, чтобы у человека они возникли. Мотивация побуждает к деятельности, в данном случае, к деятельности, направленной на сохранение здоровья и удовлетворение потребности пребывать в этом состоянии. Актуализация потребности быть здоровым, отражаясь в психике, становится для субъекта событием, мобилизирующим приспособительные ресурсы. В педагогической литературе все еще недостаточно раскрыты вопросы воспитания потребности быть здоровым. Ведение ЗОЖ, совершенствование функциональной и физической подготовленности организма современной молодежи (особенно с отклонениями в состоянии здоровья) предполагает формирование у человека такого ряда способностей, которые благоприятно отразились бы на его здоровье, работоспособности, эмоциональном состоянии и поведении, способствующим реализации потенциальных возможностей личности. Также мы считаем, что уместно выделить следующие рекомендации для самих студентов СУО, с целью повышения потребностей и мотивации их к занятиям по физической культуре, а также улучшения качества занятий: следить за своим здоровьем, обеспечить профилактику имеющихся заболеваний; научиться планировать свою деятельность, распределять свое время; вовремя сдавать задолженности по учебе; повышать свой уровень ответственности и самоорганизации; организовать правильно свой активный отдых, предусматривая чередование умственной и физической деятельности и полностью восстанавливать работоспособность человека.

Литература. 1. Белоусова, З. А. Проблема деятельной сущности физической культуры / З. А. Белоусова, Е. И. Белоусов, О. В. Верхорубова // Проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта : материалы международной научно-практической конференции. – Брянск, 2001. – С. 135–136. 2. Виноградов, Л. А. Основы физической культуры и здорового образа жизни / Л. А. Виноградов, А. П. Душанин, В. И. Жолдак. – М. : Советский спорт, 1996. – 588 с. 3. Гуркина, А. Л. Основы формирования ценностных ориентаций личности / А. Л. Гуркина // Молодой ученый. – 2016. – № 28. – С. 648–650. 4. Ильинич, В. И. Физическая культура студента : учебник / В. И. Ильинич. – М. : Гардарики, 2000. – 448 с. 5. Курамшин, Ю. Ф. Теория и методика физической культуры : учебник / Ю. Ф. Курамшин. – М. : Советский спорт, 2003. – 464 с. 6. Симонов, П. В. Мотивированный мозг / П. В. Симонов. – М. : Наука, 1987. – 237 с.