

ности) для выравнивания негативного положения с развитием этих способностей у учащихся начальной школы.

5. Результаты исследования указывают на необходимость усиления научного поиска и методического решения проблемы физической подготовки (в частности связанной с развитием ССС) в физическом воспитании учащихся младшего школьного возраста, имеющих интеллектуальную недостаточность.

Литература:

1. Новицкий, П.И. Состояние адаптивной физической культуры во втором отделении вспомогательной школы с позиций системного анализа/Состояние и проблемы развития адаптивной физической культуры / П.И. Новицкий: сб. науч. ст. / ГрГУ им. Я. Купалы; редкол. : А.И. Навойчик, А.И. Шпаков, А.М. Полецук; под. науч. ред. В.А. Баркова. – ГрГУ, 2012. – С. 56-63.

2. Новицкая, А.И. Оценка уровней развития скоростно-силовых способностей у учащихся с интеллектуальной недостаточностью / А.И. Новицкая // Наука – образованию, производству, экономике : материалы 73-й Региональной научно-практической конференции преподавателей, научных сотрудников и аспирантов, Витебск, 11 марта 2021 г. / Витеб. гос. ун-т ; редкол.: Е.Я. Аршанский (гл. ред.) [и др.]. – Витебск : ВГУ имени П.М. Машерова, 2021. – С. 493 -495.

УДК 796

МОТИВАЦИЯ СТУДЕНТОВ ВО ВНЕУЧЕБНОЕ ВРЕМЯ

Юраго О.Л., Лисовский С.Т., Попко Л.Ф.

УО «Гродненский государственный университет имени Я. Купалы»,
г. Гродно, Республика Беларусь

Радикальные общественные сдвиги ведут, как правило, и к изменениям в индивидуальном существовании каждого человека. Трансформируется как способ осмысления личностью своего бытия, так и практическая организация образа и стиля жизни.

В Республике Беларусь за последние годы накоплен значительный опыт физкультурно-массовой и оздоровительной работы с населением. Определенные шаги предпринимаются в области совершенствования управления физкультурно-оздоровительной работы с молодежью.

В стране немало физкультурно-оздоровительных сооружений, многие из которых находятся в непосредственной близости от мест проживания большинства студентов. Очевидно, именно здесь может происходить накопление соответствующего опыта самоорганизации и самодвижения в физкультурно-оздоровительной среде.

Особое значение для будущего нации имеет культивирование здорового образа жизни, физкультурно-спортивной деятельности в среде студенческой молодежи и во внеучебное время. Внеучебные занятия организуются в форме:

- физических упражнений и рекреационных мероприятий в режиме учебного дня (утренней зарядки);
- занятий в секциях, организованных профсоюзом, спортивным клубом или другими внутривузовскими организациями;
- самостоятельных занятий физическими упражнениями, спортом, туризмом;
- массовых оздоровительных, физкультурных и спортивных внутривузовских и вневузовских мероприятий (спортивные соревнования, физкультурные праздники) [3].

И все же, не смотря на предпринимаемые условия, у большинства студентов

наблюдается дефицит в движениях. Снижаются динамометрические показатели, параметры мышечного тонуса, физической работоспособности и функционального состояния аппарата кровообращения, а также наблюдается тенденция к снижению зрения и увеличению избыточного веса, неравномерности развития отдельных физических качеств. Сравнение показателей физической подготовленности студентов республики, с предыдущими годами показывает, что не происходит существенных улучшений в их физической подготовленности. Все это приводит к ухудшению работоспособности и росту заболеваемости среди студентов [2].

Цель работы: по результатам анкетного опроса определить мотивы, побуждающие молодых людей заниматься физической культурой и спортом во внеучебное время.

Для получения основных экспериментальных данных, был проведен анкетный опрос среди студентов ГрГУ им. Я. Купалы филологического факультета и факультета искусств и дизайна. Всего было опрошено 98 студенток второго курса основного отделения.

Внеурочная физкультурно-спортивная деятельность является дополнением к физическому воспитанию студентов вузов. Все внеучебные занятия строятся на мотивации и интересе к ним студентов. Формирование мотивации к занятиям физической культурой - одна из важнейших проблем современного вуза [1].

Большинство опрошенных нами студентов заявили о своем желании заниматься физической культурой и спортом в свободное время. Однако, реализует это желание только менее половины из них. Особое внимание было уделено мотивации. Как показывают результаты проведенных исследований, разнообразные мотивы побуждают молодых людей заниматься физической культурой и спортом.

На вопрос «Если вы занимаетесь физической культурой и спортом, то, что побудило Вас?» абсолютное большинство опрошенных указали, что это было вызвано желанием укрепить здоровье (56,0%) и улучшить фигуру (54,6%) (табл. 1).

Таблица 1 – Мотивы занятий физической культурой и спортом (в % к числу опрошенных)*

№ п/п	Мотивы	Всего
1.	Желание укрепить здоровье	56,0
2.	Желание улучшить фигуру	54,6
3.	Улучшить спортивные показатели для получения зачета по физическому воспитанию	5,7
4.	Снять утомление после учебных занятий	16,2
5.	Достигнуть более высоких спортивных результатов	11,7
6.	Желание рационально использовать свободное время	9,8
7.	Улучшить физическое развитие	40,0
8.	Улучшить настроение, получить удовольствие	25,9
9.	Желание более близкого общения с друзьями, знакомыми	6,7
10.	Советы преподавателей	0,9
11.	Пример друзей, знакомых	5,1
12.	Что еще?	1,1

Только 1,1% опрошенных указали другие мотивы, что говорит, по всей вероятности, о высокой степени совпадения данного перечня со стереотипом смысла физкультурно-спортивной активности, бытующим в массовом сознании. Не обнаружено

значимых различий между степенью утомления, удовлетворенностью проведением свободного времени, оценкой физического развития, количеством дней, пропущенных по болезни среди студентов, занимающихся и не занимающихся физической культурой помимо учебных занятий.

Таким образом, все вышеизложенное позволяет предположить, что адекватное осмысление студентами своей физкультурно-спортивной активности может происходить при условии их интенсивного включения во взаимодействие с увлеченными физической культурой и спортом людьми. Это может происходить как на занятиях по физическому воспитанию, так и в ходе внеучебной деятельности, неформального общения.

Литература.

1. Васильев, И.А. *Мотивация и контроль за действием* / И.А. Васильев, М.Ш. Магомед-Эминов. – М.: Изд-во МГУ, 1991. – 144 с.

2. Рейзан, В.М. *Физическая культура в жизни студентов* / В.М. Рейзан, А.С. Ищенко; науч. ред. А.А. Логинова. – Мн.: Высш. школа, 1986. – 175 с.

3. Янович, Ю.А. *Оценка уровня мотивации занятий физической культурой и спортом в студенческой среде* / Ю.А. Янович, А.В. Половкин // *Современные проблемы физического воспитания студенческой молодежи и формирование здорового образа жизни: Материалы респ. науч.-практ. конф., 2 апр. 2003 г.* – Мн.: МИТСО, 2003. – 72 с.