

3. Ямалетдинова, Г. А. Педагогика физической культуры и спорта: курс лекций. Екатеринбург: Издательство Екатеринбургского университета, 2014. – 244 с.

4. Ханевская, Г. В. Психолого-педагогические аспекты формирования культуры здорового образа жизни у студентов/Г.В. Ханевская// Инновационные технологии в спорте и физическом воспитании подрастающего поколения: материалы VII межрегиональной научно-практической конференции с международным участием (20 апреля 2017г., Москва). – 555 с.

УДК 796.035

ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ЛЮБИТЕЛЬСКИМ СПОРТОМ У МОЛОДЕЖИ

Рудько Д. И., Рафикова А. Р.

УО «Академия управления при Президенте Республики Беларусь»,
г. Минск, Республика Беларусь

Можно констатировать, что в последние годы ведение здорового образа жизни становится все более популярным. Все больше людей следят за своей фигурой, контролируют массу тела, стараются отказываться от вредных привычек и занимаются физкультурной деятельностью.

Известные люди активно «продвигают» в медиа пространстве спортивный стиль жизни, и это является хорошей рекламой здорового образа жизни для пользователей их контента, большая часть из которых являются молодежью.

Однако, несмотря на эти положительные тенденции, процент молодежи и взрослого населения Республики Беларусь, регулярно (не реже одного раза в неделю) занимающихся физической культурой и спортом, растет очень медленно и пока в отношении ко всей численности населения остается невысоким. Если в 2019 году регулярно занимающихся спортом белорусов насчитывалось около 20,5 %, то в 2022 году число занимающихся увеличилось всего до 22,5 % [1]. Конечно, в официальную статистику не включены люди, занимающиеся самостоятельно (ежедневно делающие зарядку, плавающие, посещающие тренажерный зал). Однако, представляется, что их не так и много в нашей стране. Поэтому недостаточный охват населения регулярными занятиями оздоровительной физической культурой не позволяет нам называть себя спортивной страной, как мы это делаем с полным основанием в отношении спорта высших достижений, количества спортивных сооружений и спортивных мероприятий, организуемых в республике. На исправление ситуации направлены и усилия государства, за последний год разработано большое количество нормативных актов и государственных программ, направленных на сохранение общественного здоровья населения, развития сферы физической культуры и спорта.

В формировании мотивации молодежи к систематическим занятиям физической культурой и спортом большое значение имеют интересы, которые отражают потребности человека и средства их удовлетворения. Этот вопрос имеет особую актуальность для учреждений высшего образования, в которых, как известно, в обязательном порядке реализуется учебная дисциплина «Физическая культура». Изучение спортивных интересов студенческой молодежи и возможностей их удовлетворения в рамках указанной дисциплины являются целью нашего исследования.

В исследовании приняли участие студенты Академии управления при Президенте Республики Беларусь, ответившие на вопросы специально разработанной анкеты, (n=28).

Потребности в физической культуре – главная побудительная, направляющая сила поведения личности. Разные люди имеют разные потребности: некоторые нуждаются в движениях и физических нагрузках, другие – в общении, контактах и проведении свободного

времени в кругу друзей; для третьих – это возможность эмоциональной разрядки через игры, развлечение, рекреацию; для четвертых – средство самореализации через спортивные достижения и победу над самим собой. К сожалению, как показывают наши исследования, мотивация занятий спортом на основе здоровьесберегающей стратегии занимает у молодых людей только пятую позицию.

Интересы обычно возникают на основе тех мотивов и целей физкультурно-спортивной деятельности, которые связаны: с удовлетворением процессом занятий (динамичность, эмоциональность, новизна, разнообразие, общение и др.); с результатами занятий (приобретение новых знаний, умений и навыков, овладение разнообразными двигательными действиями, испытание себя, улучшение результата и др.); с перспективой занятий (физическое совершенство и гармоничное развитие, воспитание личностных качеств, укрепление здоровья, повышение спортивной квалификации и др.). Если человек не имеет определенных целей в физкультурно-спортивной деятельности, то он не проявляет к ней интереса.

Результаты нашего опроса показывают, что из числа респондентов 19,3 % занимаются спортом 2-3 раза в неделю, 62,7 % – 1 раз в неделю, 4,8 % – реже 1-3 раз в месяц.

В качестве способов расширения числа молодежи, вовлеченной в регулярные занятия 64 % респондентов предложили увеличить количество бесплатных секций по различным видам спорта; 14 % – обеспечить доступ к инвентарю и оборудованию при самостоятельных занятиях; 35 % – еще шире пропагандировать здоровый образ жизни и занятия оздоровительной физкультурой в СМИ, телевидении и кино; 45 % – предоставить возможность учащимся учреждений образования всех уровней принимать участие в соревнованиях для любителей по различным видам спорта и получать за это призы и ценные подарки, соревнования для профессионалов (занимающихся в спортивных секциях, ДЮСШ, СДЮШОР и т.п.) проводить отдельно.

Результаты опроса также свидетельствуют, что более 80 % респондентов, которыми являлись студенты по-прежнему в качестве основного мотиватора для занятий по физической культуре в стенах учреждения образования называют необходимость получения зачета по учебной дисциплине. К сожалению, студенты не полностью осознают значение физкультурных знаний и фактора значимости физической подготовки для обеспечения высокой работоспособности к предстоящей профессиональной деятельности.

Роль физической культуры в жизни современного человека особенно важна во многом из-за стремления к образованию. Это признается более существенным, чем прежде; этот феномен определяется учеными, как «напряженное желание учиться», и напряжение растет с каждым годом [2, с. 89]. Это обусловлено необходимостью приспособившись к стремительной смене условий современной жизни, что требует знаний и навыков. Важно уметь самостоятельно овладевать необходимыми знаниями и навыками, относящимися к различным сферам жизнедеятельности человека. А физическое воспитание является основой успешного развития личности, обеспечивая человека крепким здоровьем, двигательными способностями, физической подготовленностью и умениями, которые помогают достичь целей в любой сфере [3, с. 369]. При этом, исследованиями Пермского государственного национального исследовательского университета было выявлено: студенты, занимающиеся физической культурой и спортом, более собраны и организованы. Практически четверть этих студентов регулярно читают книги, они более оптимистичны и умеют получать удовольствие от получения новых знаний; в то время как среди тех, кто не занимается таких только 2 %; Интересно также, что среди регулярно занимающихся физической культурой и спортом студентов больше тех, которые собираются работать именно по той специальности по которой они получают образование. [5].

Интерес представляют данные проведенного аналогично нашему исследования среди студентов Нижегородского государственного педагогического университета им. К. Минина. Результаты показали, что 38 % студентов занимаются спортом для достижения хорошей физической формы; 22 % – пытаются занять свободное время; 16 % – ради хорошего

настроения; 10 % – видят в спорте средство повышения иммунитета, 10 % – таким образом расширяют круг своих знакомых. Только 4 % опрошенных студентов считают, что занятия спортом связаны с будущей хорошей карьерой.

При этом спортивные предпочтения молодежи распределились следующим образом. Самым популярным видом спорта является баскетбол (54 %), хоккей (40 %), лыжные гонки (28 %), футбол (20 %), плавание (18 %), волейбол (12 %), бег (10 %), танцы спортивные (10 %), борьба (4 %) [4]. Этот рейтинг предпочтений обусловлен в большей степени с интересом зрительским, в качестве болельщиков, нежели как вид занятий.

Администрации учреждений образования стараются поддерживать занятия физкультурой и спортом вне рамок учебной дисциплины «Физическая культура». Разрабатываются оптимальные графики работы спортивных секций по интересам, регулярно организуются и проводятся соревнования по видам спорта. Это позволяет студентам продемонстрировать свои спортивные достижения, а также сформировать навыки взаимодействия с судьями, соперниками, товарищами по команде и т.п. Кроме этого, при наличии возможностей, учебные заведения предоставляют студентам доступ к тренажерным залам, бассейну и т.п. для самостоятельных занятий, чтобы помочь им поддерживать спортивный образ жизни и оставаться здоровыми. Однако, во-первых, так происходит не во всех учреждениях образования, а во-вторых, там, где ситуация благоприятная, этого все равно очевидно недостаточно. Таким образом, необходимо осуществлять поиск путей привлечения молодежи, в том числе и студенческой молодежи, к регулярным занятиям оздоровительной физической культурой и спортом, обеспечивая их физкультурными знаниями, умениями и навыками, а также развивать спортивные интересы, связанные с участием молодежи в занятиях и спортивных мероприятиях в качестве участников, а не болельщиков.

Литература.

1. Беларусь в цифрах : статистический справочник 2022 [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://www.belstat.gov.by/upload/iblock/4a6/17lwjez5wrikz92fyx8f2w0q1hm97me.pdf>. – Дата доступа: 21.04.2023.

2. Блинова, И. В. Роль физической культуры в укреплении здоровья человека / И. В. Блинова, В. А. Бакаева, А. Е. Ильченко // StudNet, 2020. – № 7. – С. 88–91.

3. Поляков, А. Ю. Значение физической культуры и спорта в жизни человека / А. Ю. Поляков // Современные технологии в нефтегазовом деле: сб. труд. Междунар. науч.-технич. конф.: в 2-х томах. Том 2. – Уфа: Из-во «Уфим. гос. нефт. тех. ун-т», 2018. – С. 369–373.

4. Социологическое исследование молодежи о занятиях спортом [Электронный ресурс] – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsiologicheskoe-issledovanie-molodezhi-o-zanyatiyah-sportom/viewer>. – Дата доступа: 21.04.2023.

5. Топеха Т. А. Спорт в жизни студента [Электронный ресурс] / Т. А. Топеха, Д. А. Савин // Вестник Пермского национального исследовательского политехнического университета. Социально-экономические науки, 2019. – № 4. – Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?id=41852925>. – Дата доступа: 21.04.2023.