

**ОЦЕНКА МОТИВОВ ОБУЧАЮЩИХСЯ УНИВЕРСИТЕТА
ТЕХНИЧЕСКОГО ПРОФИЛЯ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ**

**ASSESSMENT OF THE MOTIVES OF STUDENTS OF THE UNIVERSITY
OF A TECHNICAL PROFILE TO TAKE PHYSICAL CULTURE AND SPORTS**

**Холод М. А., доцент, кандидат педагогических наук,
Герасимчик М. С., старший преподаватель, Бурков С. О., преподаватель
Белорусский национальный технический университет, г. Минск**

АННОТАЦИЯ. В настоящей статье изложены побудительные мотивы студентов университета технического профиля к занятиям физической культурой и спортом. Актуальность их выявления обусловлена возможностью повышения эффективности предпринимаемых мер, в том числе превентивных, направленных на повышение двигательной активности обучающихся. Более того, прикладная значимость подобного изыскания прежде всего обоснована важностью и необходимостью уменьшения численности студентов с гипокинезией для недопущения рисков развития у них гиподинамии.

Таким образом, по результатам проведенного исследования было зафиксировано, что наиболее доминирующим (преобладающим) мотивом к занятиям физической культурой и спортом у юношей 1–3 курсов стала «Привычка», в то время как у девушек 1–3 курсов – «Удовольствие от движений». Указанные мотивы были выявлены у 80 % опрошенных юношей ($n = 30$) и у 60 % девушек ($n = 30$).

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: респонденты; обучающиеся; мотивы; физическая культура и спорт; двигательная активность; гипокинезия; здоровье.

ABSTRACT. This article outlines the motivational motives of technical university students for physical education and sports. The relevance of their identification is due to the possibility of increasing the effectiveness of the measures taken, including preventive ones, aimed at increasing the physical activity of students. Moreover, the applied significance of such a study is primarily justified by the importance and necessity of reducing the number of students with hypokinesia in order to prevent the risks of developing hypodynamia in them.

Thus, according to the results of the study, it was recorded that the most dominant (predominant) motive for engaging in physical culture and sports among boys of 1–3 courses was «Habit», while for girls of 1–3 courses – «Pleasure from movements». These motives were identified in 80 % of respondents boys ($n = 30$) and 60 % of girls ($n = 30$).

KEYWORDS: respondents; students; motives; physical culture and sports; motor activity; hypokinesia; health.

Введение. В последнее время вопрос, затрагивающий нормализацию двигательной активности различных половозрастных групп населения, все чаще поднимается специалистами сферы физической культуры и спорта. Его проблематика, прежде всего, обоснована необходимостью сохранения здоровья человека в связи с повышенным риском возникновения гиподинамии, которая способствует развитию отклонений и нарушений функционирования со стороны не только костно-мышечной системы, но и дыхательной, сердечно-сосудистой, пищеварительной, гуморальной, нервной.

Принимая во внимание важность и специфику вышеизложенного, нормализация двигательной активности студенческой молодежи приобретает особую значимость, поскольку здоровье будущих специалистов не только во многом предопределяет качество их жизни, но и последующие расходы со стороны здравоохранения.

Как известно, реализация на практике мер, направленных на уменьшение количества обучающихся с гипокинезией, должна не только брать в расчет их побудительные мотивы к занятиям физической культурой и спортом, но и по возможности детерминироваться ими, так как это позволит учитывать субъективные предпочтения и желания и тем самым создаст более прочную потребность в систематических занятиях.

Следовательно, на основании прикладной значимости сведений о побудительных мотивах обучающихся к занятиям физической культурой и спортом, изучение их качественно-количественных характеристик выступило **целью** настоящего исследования. По нашему мнению, это позволит более эффективно в последующем осуществлять нормализацию двигательной активности студентов.

Методы исследования и организация исследования. В настоящем исследовании были задействованы следующие методы: анализ и обобщение научно-методической литературы; анкетирование; методы математико-статистического анализа данных.

Изучение побудительных мотивов к занятиям физической культурой и спортом осуществлялось в мае 2023 года на базе Белорусского национального технического университета со студентами строительного факультета, факультета энергетического строительства и факультета транспортных коммуникаций, обучающимися в дневной форме получения образования.

В качестве опросника была взята анкета по выявлению отношения к занятиям физической культурой и спортом, предложенная О. В. Фадеевой [1]. На ее основании, согласно установленному автором алгоритму, устанавливались побудительные мотивы обучающихся.

В проведенном нами анкетировании приняли участие 3 группы юношей и 3 группы девушек 1–3 курсов (по 10 человек каждого курса в группе), отнесенных по показателям здоровья к основному и подготовительному учебным отделениям.

Результаты исследования и их обсуждение. Изучение полученных данных позволило выявить не только динамику тех или иных мотивов в период

получения обучающимися высшего образования, но и наиболее преобладающие у девушек и юношей 1–3 курсов (табл. 1).

Таблица 1. Мотивы юношей и девушек 1–3 курсов к занятиям физической культурой и спортом.

/п	Мотив	Девушки 1-го курса (n = 10)	Девушки 2-го курса (n = 10)	Девушки 3-го курса (n = 10)	Девушки 1–3 курса (n = 30)	Юноши 1-го курса (n = 10)	Юноши 2-го курса (n = 10)	Юноши 3-го курса (n = 10)	Юноши 1–3 курса (n = 30)
	Сохранение здоровья	80 %	40 %	20 %	47 %	40 %	70 %	10 %	40 %
	Самосовершенствование	80 %	10 %	20 %	37 %	40 %	30 %	20 %	30 %
	Двигательная активность	50 %	30 %	30 %	37 %	50 %	70 %	20 %	47 %
	Долженствование (внутренний аспект)	20 %	40 %	50 %	37 %	30 %	40 %	40 %	37 %
	Оценка окружающих (внешняя стимуляция)	30 %	30 %	50 %	37 %	20 %	20 %	40 %	27 %
	Приобретение практических навыков	40 %	40 %	30 %	37 %	60 %	40 %	30 %	43 %
	Общение	80 %	30 %	50 %	53 %	80 %	50 %	40 %	57 %
	Доминирование	20 %	30 %	40 %	30 %	80 %	40 %	70 %	63 %
	Физкультурно-спортивные интересы	50 %	50 %	20 %	40 %	60 %	50 %	30 %	47 %
0	Соперничество	50 %	10 %	60 %	40 %	90 %	70 %	40 %	67 %
1	Удовольствие от движений	60 %	50 %	70 %	60 %	90 %	70 %	40 %	67 %
2	Игра и развлечение	50 %	30 %	80 %	53 %	60 %	70 %	50 %	60 %
3	Подражание	10 %	50 %	70 %	43 %	60 %	20 %	50 %	43 %
4	Привычка	40 %	50 %	60 %	50 %	90 %	80 %	70 %	80 %
5	Положительные эмоции	40 %	40 %	30 %	37 %	50 %	80 %	40 %	57 %

Как результат, доминирующим побудительным мотивом студенток (n = 30) к занятиям физической культурой и спортом выступило «Удовольствие от движений» (60 %), затем «Общение» и «Игра и развлечение» – по 53 % соответственно. В то же время наименее значимым стало «Доминирование» (30 %).

Преобладающим мотивом над остальными у юношей (n = 30) стала «Привычка» (80 %). На втором месте расположились «Удовольствие от движений» и «Соперничество» (67 %). В свою очередь, наименее доминирующим оказалась «Оценка окружающих» (27 %).

Проанализировав выявленные данные и их специфику, следует обозначить, что для девушек 1–3 курсов в большей мере подходят занятия, в которых присутствует командная (коллективная) деятельность с обязательным наличием коммуникационной составляющей. Помимо этого, важное значение приобретает отсутствие или сведенное к минимуму соперничество, а также деятельность, способствующая улучшению эмоционального фона, то есть приносящая позитивные эмоции в процессе занятий. По нашему мнению, под указанное описание подпадают и могут быть рекомендованы к применению различные подвижные игры и в особенности современные виды фитнеса, предполагающие групповые тренировки (в том числе ментальный) [2].

Вместе с тем для юношей 1–3 курсов наиболее подходящими занятиями будут те, которые предполагают наличие борьбы и конкуренции, а также позволяющие получать удовольствие от процесса и повышающие эмоциональный фон. Кроме того, следует обратить внимание на то, что для юношей занятия физической культурой и спортом находятся на уровне привычки, наличие которой предполагает подкрепление процесса деятельности и/или его окончания чувством удовольствия. В отдельности следует также отметить низкую заинтересованность респондентов в оценке окружающих, поскольку это показывает наличие более весомых и значимых стимулов, побуждающих их заниматься физической культурой и спортом. По нашему мнению, под указанное описание подходят и могут быть рекомендованы к применению такие виды деятельности, как спортивные игры и различные виды фитнес-направлений [2].

Выводы. Таким образом, посредством проведенного исследования, в ходе которого осуществлялось выявление и оценка побудительных мотивов обучающихся технического профиля к занятиям физической культурой и спортом, нами были получены данные, позволяющие более эффективно оперировать и стимулировать интерес у студенческой молодежи к занятиям. По нашему мнению, зафиксированные результаты будут способствовать повышению эффективности предпринимаемых мер по нормализации двигательной активности студентов, в том числе превентивных.

Список литературы

1. Фадеева, О. В. Анализирование мотивации студентов к занятиям физической культуры / О. В. Фадеева // Педагогика в теории и на практике: актуальные вопросы и современные аспекты : сборник статей II Международной научно-практической конференции, 2019. – С. 114–118.

2. Холод, М. А. Методика применения кор-тренировки для повышения уровня силовой выносливости студентов / М. А. Холод // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2022. – № 4 (206). – С. 469–475.