

МОТИВАЦИЯ СТУДЕНТОВ К АКТИВНОСТИ НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Черешнева А.Ю., Чернышева И.В., Шлемова М.В., Липовцев С.П.

Волжский политехнический институт, филиал Волгоградского государственного технического университета, Волжский, e-mail: cherry1048@yandex.ru

В число важнейших задач, которое ставит перед собой общество, входит выдвигание проблемы здоровья, обусловленность теоретической и практической ее разработки, необходимость сохранения индивидуального здоровья, воспитание потребности в здоровом образе жизни, ответственное отношение к собственному здоровью и к здоровью других людей, а именно к студенческой молодежи. Физическое воспитание в вузе как учебная дисциплина является частью общего воспитания личности – будущего специалиста, руководителя производства, способного бережно относиться к своему здоровью, здоровью окружающих и здоровью будущих поколений.

Понимая, что единственный способ вести красивую и полноценную жизнь, быть сильным, здоровым и, конечно же, счастливым можно только занимаясь физической культурой и спортом, большинство студентов уделяют этому большое значение [2].

Мотивация – побуждение к действию, динамический процесс психофизиологического плана, который управляет поведением человека. Данный процесс определяет его направленность, организованность, активность и устойчивость, способность человека деятельно удовлетворять свои потребности: приобрести красивую фигуру, отказаться от вредных привычек, укрепить здоровье и приобрести физические навыки для будущей профессии. Мотивационно – целостный компонент в структуре физической культуры студента отражает положительное эмоциональное отношение, так как есть в этом потребность, познавательную и практическую деятельность по овладению ценностями физической культуры, нацеленность на здоровый образ жизни, спортивное совершенствование.

Если рассматривать личность, то мотивация занимает ведущее место, пронизывая все ее структурные образования: направленность личности, характер, способности, психические процессы. Цель мотивации – это формирование потребности в занятиях физическими упражнениями; укреплении здоровья; повышении трудоспособности; интеллектуальное, нравственное, этическое и эстетическое развитие. Направленность формирования спортивной культуры человека – обеспечение физического и духовного развития, усвоение правил, норм и закономерностей двигательной активности в различных условиях. Мотивация студентов неоднородна, она зависит от множества факторов: возрастных, половых, индивидуальных особенностей. Научные исследования (практика) показывают, что для студентов младших курсов спорт и физическая культура не являются ничем, кроме как учебной дисциплиной в университете. Студенты – старшекурсники начинают оценивать спорт и понимать его нравственные, эмоциональные аспекты, наблюдается большая мотивация к занятиям физической культурой и спортом.

Специфика физического воспитания основана на том, что осознанная информация становится мотивационным стимулом к выполнению физических упражнений, использования природных факторов и формирования такого способа жизни, который способствует достижению как личных, так и общественных целей. Критерием эффективности этого процесса является уровень здоровья молодежи, уровень физи-

ческой трудоспособности и социальной дееспособности.

Уровень положительной мотивации к систематическим занятиям физической культуры будет повышен, если повысится эффективность физического воспитания. Программа по физическому воспитанию для высших учебных заведений предусматривает формы проведения занятий, которые в определенной мере могут компенсировать дефицит двигательной активности студентов, возникающий в условиях насыщенного общеобразовательного процесса. Но параллельно с этим существуют и самостоятельные занятия физическими упражнениями, которые являются дополнением.

Физкультурно-спортивная деятельность формирует у занимающихся активную жизненную позицию. Это относится и к другим видам деятельности студентов, так как инициативный человек старается быть первым во всем и всегда. [1].

Список литературы

1. Адаптация студентов технических вузов к учебной деятельности с помощью средств физической культуры / Черешнева А.Ю., Чернышева И.В., Шлемова М.В., Липовцев С.П. // Успехи современного естествознания. – 2012. – № 5. – С. 107.
2. Чернышева И.В., Отношение студентов технического вуза к занятиям физической культурой и спортом / Чернышева, Е.В. Егорычева, С.В. Мусина, М.В. Шлемова // Международный журнал экспериментального образования. – 2011. – №4. – С.97.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В СОВРЕМЕННОЙ РОССИИ

Ширяева Е., Слепова Л.Н., Хаирова Т.Н., Дижонова Л.Б.

Волжский политехнический институт, филиал Волгоградского государственного технического университета, Волжский, e-mail: drow1795@mail.ru

Физическая культура и спорт является одним из наиболее важных факторов укрепления и сохранения здоровья. Современное общество заинтересованно сохранить и улучшить физическое и психическое здоровье человека, повысить его интеллектуальный потенциал [1]. Это особенно важно сегодня, в условиях резкого снижения двигательной активности. Понимание того, что будущее любой страны определяется здоровьем членов общества, привело к усилению роли физической культуры и спорта в деятельности по укреплению государства и общества и активному использованию физической культуры и спорта в поддержании и укреплении здоровья населения. Именно поэтому за последние годы место спорта в системе ценностей современной культуры резко возросло. Увеличилось количество массовых спортивных соревнований для детей и молодежи как в регионах, так и на федеральном уровне. Создаются благоприятные условия для оздоровления людей в трудовых коллективах, в образовательных учреждениях, обустройства спортивными сооружениями дворы и микрорайоны, места отдыха. Существенный прогресс произошел в развитии физкультурно-спортивной работы среди инвалидов. Российский спорт как сфера деятельности, образ жизни находится на стадии трансформации. Одни виды спорта популярны и развиты, другие незаметно исчезают. В России возникает социальный феномен, выражающийся в острой экономической заинтересованности людей в сохранении здоровья как основы материального благополучия. Люди стали интересоваться спортом. Даже те, кто раньше воспринимали его только как что-то, что можно посмотреть по телевизору, теперь идут в тренажерные залы, бассейны, открывают для себя новые виды спорта. Всё это положительно влияет на психическое и физическое здоровье людей. Культ здоровья и здорового образа жизни является жизненно важным