

## **Повышение мотивационно-ценностного отношения студентов к занятиям физической культурой и спортом**

И.М.ЗВЯГИНЦЕВА

*Харьковская национальная академия городского хозяйства*

Целью физического воспитания является формирование потребности в занятиях физическими упражнениями, положительного отношения к физической культуре [4]. Для её достижения педагогу необходимо обязательно решить задачи по формированию мотивационно-ценностного отношения студентов к физической культуре, установки на здоровый образ жизни, физического самосовершенствования и самовоспитания, потребности в регулярной двигательной активности.

Целью деятельности кафедр должно стать создание условий и формирование у студентов навыков самосовершенствования на фоне воспитания мотивации, интереса к физической культуре и состоянию собственного здоровья.

По мнению М.Я. Виленского [3] и др., стержневым в структуре физической культуры студента является мотивационный компонент. Возникающие на основе потребностей мотивы определяют направленность личности, стимулируют и мобилизуют ее на проявление активности.

Удовлетворение потребностей сопровождается положительными эмоциями (радость, счастье), неудовлетворение – отрицательными (отчаяние, разочарование, печаль). Человек обычно выбирает тот вид деятельности, который в большей степени позволяет удовлетворить возникшую потребность и получить положительные эмоции.

Мотивы посещения студентами занятий по физической культуре влияют на их учебную активность. Удовлетворённые качеством и результатами занятий студенты проявляют на них большую активность, чем не удовлетворённые.

Г.Д. Горбунов (2009 г.) включает в комплекс потребностей следующие потребности: потребность в деятельности, активности, потребность в движении, потребность в реализации рефлексов цели и свободы, потребность в соперничестве, соревновании, самоутверждении, потребность быть в группе, общаться, потребность в новых впечатлениях [2, с. 84].

В формировании мотивации студентов к занятиям физической культурой важны и интересы. Они отражают избирательное отношение человека к объекту, обладающему значимостью и

эмоциональной привлекательностью. Когда уровень осознания интереса невысок, преобладает эмоциональная привлекательность. Чем выше этот уровень, тем большую роль играет объективная значимость. В интересе отражаются потребности человека и средства их удовлетворения. Если потребность вызывает желание обладать предметом, то интерес – познакомиться с ним.

Интересы обычно возникают на основе тех мотивов и целей физкультурно-спортивной деятельности, которые связаны: с удовлетворением процессом занятий; с результатами занятий; с перспективой занятий [4, с. 14].

Если же человек не имеет определенных целей в физкультурно-спортивной деятельности, то он не проявляет интереса к ней.

Интересы студентов к занятиям физической культурой бывают разными. Это и стремление укрепить здоровье, сформировать осанку, это и желание развить двигательные и волевые качества. Поддержание интереса и целеустремленности у студентов во многом зависит от того, испытывают ли они удовлетворение на академическом занятии по физической культуре, и формируется ли у них удовлетворенность занятиями физическими упражнениями.

Помимо удовлетворенности учебными занятиями, у студентов имеется ещё и отношение к физической культуре, как к учебному предмету, которое характеризуется, с одной стороны, пониманием значимости этого предмета, а с другой – ожиданием того, что на этих занятиях можно удовлетворить свои интересы, потребности в двигательной активности. Когда студент испытывает состояние удовлетворенности, происходит и формирование положительно-активного отношения к физической культуре.

Исходя из вышеизложенного можно сделать выводы:

- повысить интерес студентов к занятиям физической культурой могла бы возможность выбора вида спорта и занятие им в процессе планового учебного процесса;
- физкультурно-оздоровительную активность студентов можно усилить при условии устранения объективных причин, которые мешают им заниматься физической культурой, обратив особое внимание на неумение студентов распределять своё свободное время.
- повышение мотивационно-ценностного отношения студентов к занятиям физической культурой и спортом будет эффективным, если предлагаемые учебные программы по физическому воспитанию станут учитывать запросы и

## потребности студентов в сфере физической культуры и спорта.

### Список литературы

1. Бальсевич В.К. Перспективы развития общей теории и технологий спортивной подготовки и физического воспитания (методологический аспект) //Теор. и практ. физ. культ. 1999, № 4, с. 21.

2. Варенников Ю.Т. Методы и средства управления физической подготовкой студентов ВУЗов: Автореф. канд. дис. М., 1995.- 24 с.

3. Виленский М.Я. Студент как субъект физической культуры // Теор. и практ. физ. культ. 1999, № 10, с. 2-5.

4. Виленский М.Я., Карповский Г.К. Мотивационно-ценностное отношение студентов к физическому воспитанию и пути его направленного формирования //Теор. и практ. физ. культ. 1984, № 1, 39-42.

5. Выдрин В.М. Неспециальное (непрофессиональное) физкультурное образование //Теор. и практ. физ. культ. 1989, № 3, с. 2-4.