

Н.О. Борковская, преп. (БГТУ, г. Минск)

МОТИВАЦИЯ ПОСЕЩЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ СТУДЕНТАМИ ВУЗА

В настоящее время к личности выпускника вуза выдвигаются повышенные требования. Однако, как показывает практика, состояние здоровья студентов не соответствует запросам сегодняшнего дня. Это во многом обусловлено тем, что студенческая молодежь имеет низкий уровень мотивации к занятиям физической культурой. Процессом формирования и обоснования намерения что-то сделать или не сделать называется мотивацией.

Проблема мотивов посещения занятий по физической культуре является одной из актуальных. Академические занятия 2 раза в неделю призваны обеспечить лишь минимум двигательной активности. Несмотря на это студенты часто прогуливают и их.

На отношение к занятиям физической культурой оказывают влияние возрастные факторы и индивидуальные особенности личности. Наиболее ответственно к посещению занятий относятся студенты первого и второго курсов. В течение года прослеживается динамика изменения посещаемости. В осеннем семестре студенты посещают занятия охотнее. В весеннем происходит спад физической активности, что, возможно, связано с повышением умственной нагрузки к концу года, авитаминозом или какими-либо субъективными причинами.

У студентов 1 курса ведущими мотивациями являются «получение зачёта» и «для здоровья». Для студентов 3, 4 курсов «получение зачёта» остаётся ведущей мотивацией, однако они придают значение и тому, что на занятиях они могут развивать физические качества, получить отдых от учебных занятий и др.

Мотивы посещения занятий физкультуры у студентов разные: те, кто доволен занятиями - ходят на них ради своего физического развития и укрепления здоровья, а те, кто не удовлетворен занятиями, посещают их ради зачетов и, чтобы избежать неприятностей из-за прогулов. Для привлечения студентов на занятия стоит обратить внимание на их предпочтения в выборе форм занятий и их содержания.

В вузах необходима целенаправленная работа по приобщению студенческой молодежи к физической культуре как одного из важнейших слагаемых в формировании здорового образа жизни и эффективных средств по укреплению и сохранению здоровья.