

ПОВЫШЕНИЕ МОТИВАЦИОННО-ЦЕННОСТНЫХ УСТАНОВОК К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ У СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ

Поликарпова Л.С., старший преподаватель;

Стебаков А.И., старший преподаватель;

Мицкевич Т.А., старший преподаватель

Учреждение образования «Белорусский государственный
педагогический университет им. М. Танка», г. Минск,
Республика Беларусь

Annotation: The article is devoted to the study of motivation of students of a special medical group to engage in physical education. The article presents an analysis of the results of a survey of first-year students at the Institute of Inclusive Education. The article examines the main reasons for students' decreased motivation to engage in physical activity, as well as ways to solve this problem.

Современная система высшего образования ориентирована не только на формирование профессиональных компетенций, но и на воспитание гармонично развитой личности, способной к осознанному сохранению и укреплению собственного здоровья. Занятия по физической культуре являются основным инструментом для формирования у студентов устойчивой мотивации к здоровому образу жизни, развитию физических качеств и адаптации к учебным и социальным нагрузкам.

Однако студенты специальной медицинской группы требуют особого подхода, предполагающего не только правильную регуляцию физических нагрузок, но и создание благоприятных педагогических условий для формирования осознанного и ценностного отношения к здоровью.

В 2025-26 учебном году на первый курс Института инклюзивного образования (ИИО) БГПУ им. М. Танка было зачислено 226 студентов, из которых 17% относятся к специальной медицинской группе.

По данным многочисленных научных исследований, существуют негативные тенденции в состоянии здоровья студенческой молодежи, такие, как ухудшение функционального состояния организма, снижение физической подготовленности, увеличение количества учащихся, имеющих одно и более хронических заболеваний. Еще сильнее данные тенденции усугубляются безразличным или негативным отношением студентов к двигательной активности в целом и к занятиям физической культурой в частности [1, 3].

На базе Института инклюзивного образования было проведено анкетирование студентов первого курса с целью выявления и обоснования педагогических условий, способствующих повышению

мотивационно-ценностных установок студентов специальной медицинской группы к занятиям физической культурой.

В процессе анкетирования первокурсники отвечали на вопросы: «Чем для вас является двигательная активность?», «Делаете ли вы утреннюю зарядку?», «Как предпочитаете отдыхать?», «Как часто занимаетесь физическими упражнениями? (без учета основных занятий физической культурой)», «Хотите ли вы заниматься физическими упражнениями?», «Какой вид двигательной активности вы предпочли бы на занятиях физической культурой?» и ряд других вопросов, характеризующих отношение студентов к занятиям физической культурой и их интересы к различным видам двигательной деятельности.

Согласно данным специалистов, существуют объективные и субъективные факторы, которые определяют интересы, потребности, а также мотивы включения студентов в активную физкультурно-спортивную деятельность.

Объективные факторы – это: состояние здоровья занимающихся, уровень требований учебной программы, направленность учебного процесса по физической культуре, а также содержание занятий, материальное состояние спортивной базы, личность преподавателя, частота проведения занятий, их продолжительность и эмоциональная окраска [2, 225].

Субъективные факторы определяются отношением самих студентов, и их влияние также нельзя недооценивать.

При оценке отношения студентов первого курса ИИО к двигательной активности нами были получены следующие результаты (рис.1, 2):

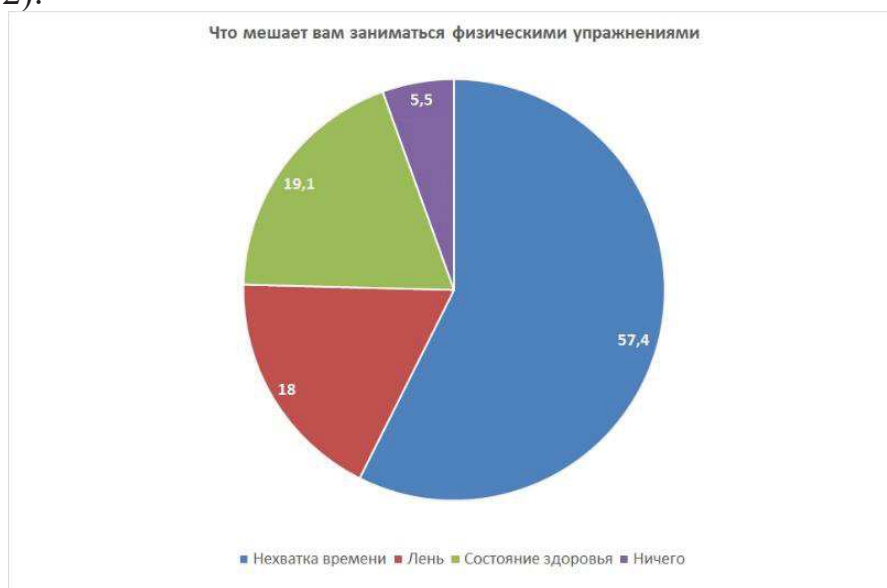


Рис.1. Что мешает заниматься физическими упражнениями.

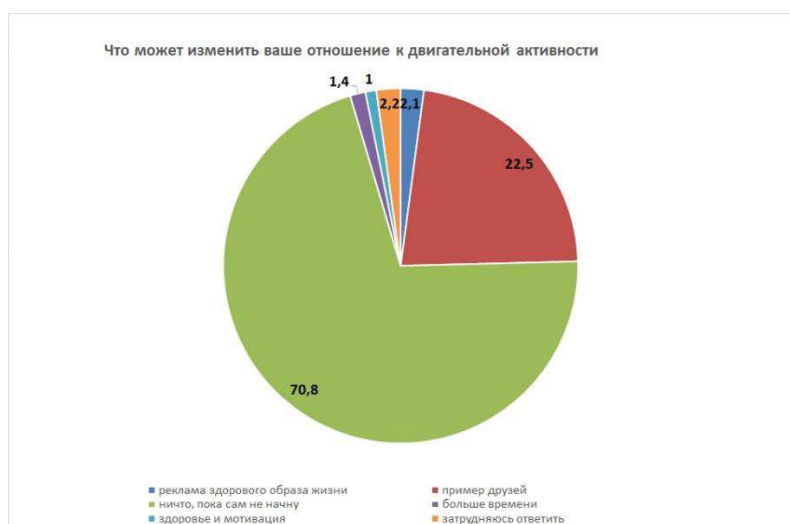


Рис.2. Что может изменить отношение к двигательной активности.

Как видно из результатов анкетирования, как основную причину, по которой не занимаются физическими упражнениями, большинство студентов (57, 4%) указали нехватку свободного времени; 19, 1% - состояние здоровья; 18% - лень.

В то же время, 70,8% первокурсников сознает, что отношение к двигательной активности могут изменить только они сами, что подтверждает важность формирования эффективной мотивации у данного контингента.

К основным причинам снижения мотивации относят: недостаток знаний о функционировании собственного организма и пользе физических упражнений, отсутствие индивидуального подхода к нагрузке, однообразие, смещение акцента внимания на нормативные показатели физической подготовленности учащихся, недостаточность материальной спортивной базы [2, 226; 3, 7].

При проведении занятий по физической культуре со студентами специальной медицинской группы важно соблюдать следующие принципы:

- принцип сознательности и активности – он позволяет студентам осознанно подходить к занятиям, понимать цель и важность упражнений;
- принцип систематичности и последовательности – предполагает оптимальное чередование нагрузок и отдыха, а также регулярность в занятиях физической культурой;
- принцип доступности и индивидуализации – он особенно важен на занятиях со студентами специальной медицинской группы, так как позволяет учитывать имеющиеся у них отклонения в состоянии здоровья.

Согласно результатам исследования, были получены данные, касающиеся предпочтения студентов по видам физической активности на занятиях (рис.3):

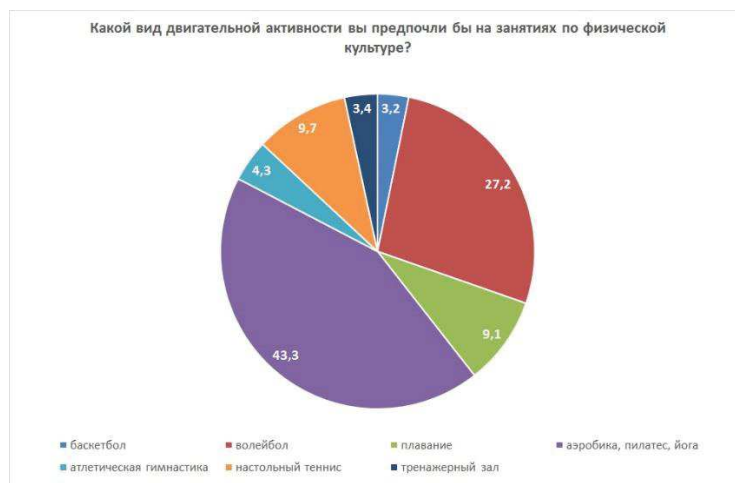


Рис.3. Виды двигательной активности, которые предпочитают студенты на занятиях по физической культуре.

Таким образом, большая часть анкетированных (43,3%) заинтересована в занятиях фитнесом, таких, как аэробика, йога, пилатес. 27,2% предпочитают волейбол. Примерно одинаковое количество (9,7 и 9,1%) проголосовало за настольный теннис и плавание. И лишь небольшое число студентов проявило интерес к занятиям атлетической гимнастикой (4,3%), занятиям в тренажерном зале (3,4%) и баскетболом (3,2 %). Такое соотношение, скорее всего, определяется в первую очередь тем, что большинство анкетированных составляют девушки.

Организация учебного процесса по физической культуре со студентами специальной медицинской группы имеет свои особенности, обусловленные состоянием здоровья обучающихся, уровнем их физической подготовленности и психоэмоциональным состоянием.

На основе анализа научно-методической литературы и результатов анкетирования были определены педагогические условия, необходимые для формирования положительного отношения студентов к занятиям физической культурой:

- Индивидуализация учебного процесса с учётом особенностей здоровья и физической подготовленности.
- Использование личностно-ориентированных технологий.
- Включение в занятия элементов самоконтроля и оценки собственного физического состояния и физической подготовленности.
- Формирование позитивного эмоционального фона на занятиях.
- Повышение информированности студентов о здоровом образе жизни и пользе двигательной активности.

Список литературы

1. Формирование и развитие общекультурных компетенций в физическом воспитании студентов специальной медицинской группы [Электронный ресурс]: учеб. пособие/ [И.В. Полозкова и др.]; Минобрнауки России, ОмГТУ. – Омск: Изд-во ОмГТУ, 2020. – 101 с.

2. Физическая культура студента: учебник / Под ред. В.И. Ильинича. М.: Гардарики, 2000. — 448 с.
3. Особенности организации самостоятельных занятий по избранным видам спорта: учеб.-методич. пособие/ И.В. Парсаева, Н.В. Гафиятова, Е.В. Рыбакова и др. — Йошкар-Ола: Поволжский гос. технологич. университет, 2024 — 66 с.
4. Организация и методика проведения занятий в специальной медицинской группе: учеб. пособие/ Л.Е. Медведева, Ю.А. мироненко.- Омск: Изд-во СибГУФК, 2020. — 144 с.

УДК 796.83

МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КАРАТИСТОВ НА УЧЕБНО- ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ В КАРАТЭ WKF

Сазонова А.В., кандидат педагогических наук, заведующий кафедрой теории и методики физической культуры и менеджмента в туризме

Усацкий А.И., аспирант, преподаватель кафедры теории и методики физической культуры и менеджмента в туризме

Учреждение образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»

Abstract. This article examines the need to improve the technical training methods of karatekas during the educational and training phase in accordance with the modern requirements of sports practice in WKF karate. The effectiveness of technical training in WKF karate during the educational and training phase is determined by the integrated use of holistic exercise methods with selective practice of technical details.

В каждом виде единоборств важное место в подготовке спортсменов занимает техническая подготовка. Правильная техническая подготовка становится своеобразной основой, на которой затем строится вся спортивная деятельность, в том числе и достижение высоких результатов в соревновательной практике.

Грамотный подход к созданию качественной технической базы играет ключевую роль в подготовке спортсмена. Дети, обученные на высоком уровне элементам базовой техники, в дальнейшем быстрее осваивают более сложные элементы и эффективно применяют уже известные навыки в различных ситуациях.

Л.П. Матвеев отмечал, что «технической подготовкой спортсмена называют обучение его технике действий, выполняемых в состязании или служащих средствами тренировки, и доведение сформированной техники до необходимой степени совершенства» [1, с. 202]. Центральной задачей спортивно-технической подготовки автор ставит «обеспечить формирование таких навыков выполнения