

УДК 372.879.6
ББК 75.4

Сравнительный анализ уровня мотивации у студентов различных курсов к занятиям физической культурой и спортом

Тиосова Татьяна Николаевна, старший преподаватель кафедры физической подготовки Владивостокский филиал Российской таможенной академии

Аннотация. В статье приводится сравнительный анализ уровня мотивации студентов таможенного факультета второго и четвертого курсов Владивостокского филиала Российской таможенной академии к занятиям физической культурой и спортом. Во время изучения данной проблемы было проведено анкетирование среди студентов этих курсов и изучение методической и научной литературы по данной теме.

Ключевые слова: студенты, второй курс, четвертый курс, физическая культура, спорт, сравнительный анализ, мотивация, анкетирование.

Annotation. The article provides a comparative analysis of the level of motivation of students of the second and fourth year customs faculty of the Vladivostok branch of the Russian Customs Academy for physical training and sports. During the study of this problem, a questionnaire was conducted among students and a study of methodological and scientific literature on this topic.

Keywords: students, second year, fourth year, physical culture, sport, comparative motivation, questionnaire.

DOI: 10.5281/zenodo.3888000

Сложившаяся ситуация в стране, особенности современного труда и темп жизни требуют от молодых людей наличия хорошего физического состояния. Данная проблема наиболее актуальна для студенческой молодежи, ведь именно в молодом возрасте, организм человека испытывает значительные интеллектуальные и психические нагрузки, которые наблюдаются на фоне значительного ограничения двигательной активности. Студенты являются представителями той социальной группы, которая находится в стадии формирования физиологической зрелости, и подвержены к различного рода нарушениям в состоянии здоровья.

На современном этапе наблюдается снижение интереса у молодежи к физической культуре и спорту. У студентов нет достаточного желания и мотивации к занятиям спортом и ведению здорового образа жизни это объясняется большой популярностью социальных сетей, компьютерными играми, и, соответственно, все это приводит к ухудшению здоровья молодежи.

Современная молодежь – это основной трудовой резерв нашей страны и будущие родители, их здоровье является благополучием нации. Огромную роль в связи с этим имеет изучение потребностей и мотивов современной молодежи к занятиям физическими упражнениями и спортом.

Интерес к физической активности, особое состояние личности, направленное на достижение физического состояния студентов. Физическая культура выступает как интегральное качество личности, как условие и предпосылка эффективной учебно-профессиональной деятельности, как обобщенный показатель профессиональной культуры будущего специалиста и как цель саморазвития и самосовершенствования. Она характеризует свободное, сознательное самоопределение личности, которая на разных

этапах жизненного развития из множества ценностей избирает, осваивает те, которые для нее наиболее значимы.

Современная молодежь, к сожалению, ведет малоподвижный образ жизни. Сталкиваясь с рядом трудностей: связанных с учебными нагрузками, загруженностью рабочего дня, проблемами в межличностном общении, которое заменяет виртуальная реальность. Все это ведет к снижению мотивации или даже ее отсутствию к занятиям физической культурой и спортом, и как результат приводит к снижению уровня здоровья, умственной и физической работоспособности студентов[1].

Одной из наиболее актуальных проблем современной молодежи является снижение уровня мотивации к занятиям физической культурой и спортом, что влечет за собой ряд негативных последствий – это снижение двигательной активности, ухудшение здоровья, не продуктивная профессиональная деятельность в будущем.

Современное определение мотивации – (от лат. moveze) побуждение к действию, психофизиологический процесс, управляющий поведением человека, задающий его направленность, организацию, активность и устойчивость, способность человека деятельно удовлетворять свои потребности[4].

В связи с этим огромное значение приобретает формирование мотивационной заинтересованности в занятиях физической культурой и спортом у студенческой молодежи[2].

Целью нашей работы стало исследование мотивации у студентов второго и четвертого курсов факультета таможенного дела Владивостокского филиала Российской таможенной академии. Для этого мы провели анкетирование среди студентов этих курсов, предложив студентам ответить на 25 вопросов, отражающих их отношение к занятиям физической культурой и спортом. В исследовании приняло участие 100чел. (50чел. – студенты четвертого курса и 50чел.

студенты – второго курса). Из этих вопросов мы выбрали 10 наиболее показательных для подведения итогов наших исследований.

Полученные результаты были проанализированы и представлены в виде диаграмм. В ходе обработки полученных результатов, были обобщены варианты ответов на вопросы анкеты. Так, например, на вопрос: «Нужна ли физическая культура в ВУЗе?» Были получены следующие ответы: студенты 2 курса – 58% считают, что занятия по физической культуре, необязательный предмет, а вот студенты 4 курса лишь – 28%. Для получения зачета, студенты 2 курса – 24%, а студенты 4 курса – 64%. Для поддержания здорового образа жизни, студенты 2 курса ответили – 18% ответов, а 4 курс – 8% (рис.1)

На вопрос: «Отношение студентов, к количеству занятий в неделю по физической культуре». В целом студенты 2 и 4 курсов отдали наибольшее количество

голосов варианту «1-2 раза в неделю» по 50 и 62 (%). На 2 курсе число студентов, выбравших вариант «физическая культура для самоподготовки» – 30%, а на 4 курсе – только 20%. Это говорит о том, что к 4 курсу студенты воспринимают занятия физическими упражнениями уже как обязательный предмет (рис.2).

На вопрос: «Основные мотивации к занятиям спортом у студентов 4курса (32%) и 2 курса (40%) практически не отличались и те, и другие выбрали «свой вариант ответа». Основная часть студентов выбрала ответ «общение с товарищами, разнообразить досуг» и на 4 курсе (48%), и на 2 курсе (46%). Однако ответ «положительное отношение к преподавателю» набрал на 4 курсе – 20%, что на 6% голосов больше, чем на 2 курсе – 14%, что свидетельствует, скорее всего, о том, что с возрастом у студентов растет уровень уважения к преподавателям (рис.3).

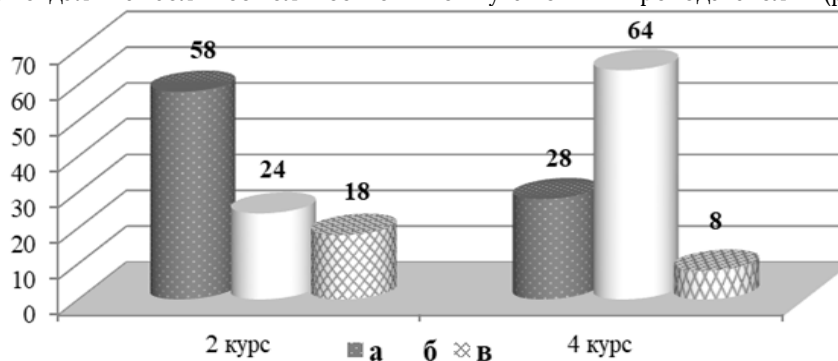


Рис.1. Нужны ли занятия по физической культуре и спорту в ВУЗе (%) а – считаю, что физическая культура, необязательный предмет; б – для получения зачета; в – для поддержания здорового образа жизни.

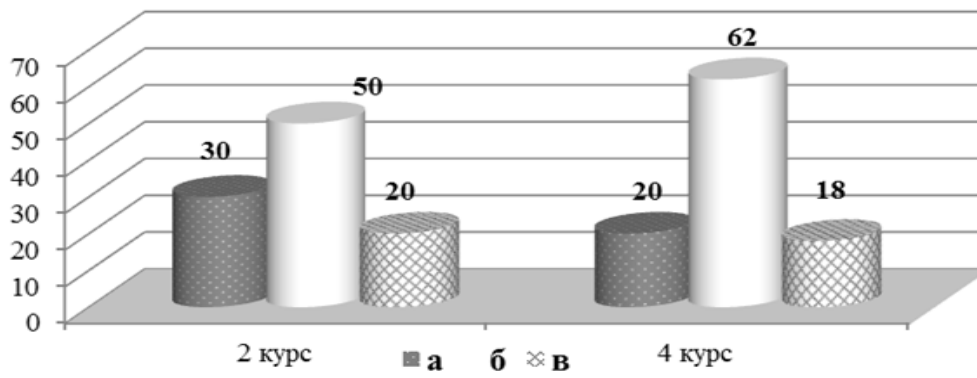


Рис. 2. Количество занятий физической культурой в вузе (%) а – физическая культура, для самоподготовки; б – 1-2 раза в неделю; в – 3 раза и более

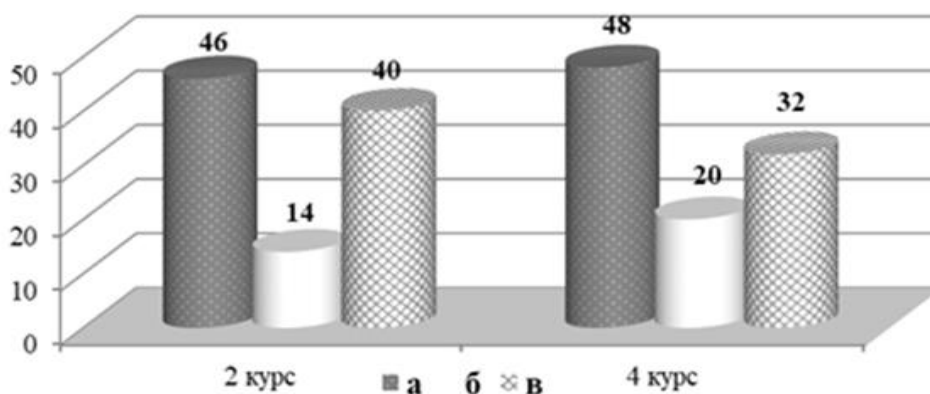


Рис.3 Основные мотивации студентов к занятиям спортом (%) а – общение с товарищами, разнообразить досуг; б – положительное отношение к тренеру/преподавателю; в – ваш ответ

На вопрос: «Удовлетворены ли вы своей физической формой» число студентов 2 курса ответивших «да», - 46%, а на 4 курсе - 38%. Ответ «нет» набрал на 2 курсе 34% и 26% на 4 курсе. Скорее всего, студенты 4 курса предпочли этому ответу вариант «не совсем», так как число студентов, выбравших ответ, 20% на 2 курсе и 36% на 4 курсе. Это значит, что число неудовлетворенных своей фигурой студентов к 4 курсу возросло (рис.4).

На вопрос: «Волнует ли студентов то, как они выглядят со стороны во время тренировок», большинство студентов 4 курса выбрали вариант «да» - 64%, а на 2 курсе - 58%. Их уже интересует мнение окружающих. Остальные ответы студентов 2 и 4 курсов

практически не отличались. Результаты еще раз подтверждают то, что к 4 курсу у студентов повышается неудовлетворенность своей фигурой и они более самокритично, начинают, относятся к себе (рис.5).

На вопрос: «Ближайшая цель жизни студента» абсолютное большинство студентов 2 курса выбрало вариант «получить высшее образование и хорошую профессию» (60%). В то время как студенты 4 курса отнесли к этому варианту лишь 38% голосов, а большинство набрали вариант «обзавестись семьей и стать примерным семьянином», набравший на 2 курсе лишь 16% голосов (рис.6).

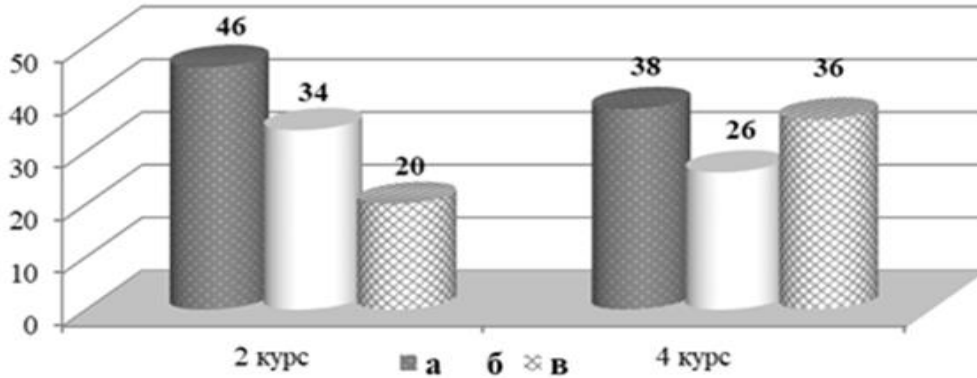


Рис.4 Удовлетворенность студентов своей физической формой (%) а - да; б - нет; в - не совсем

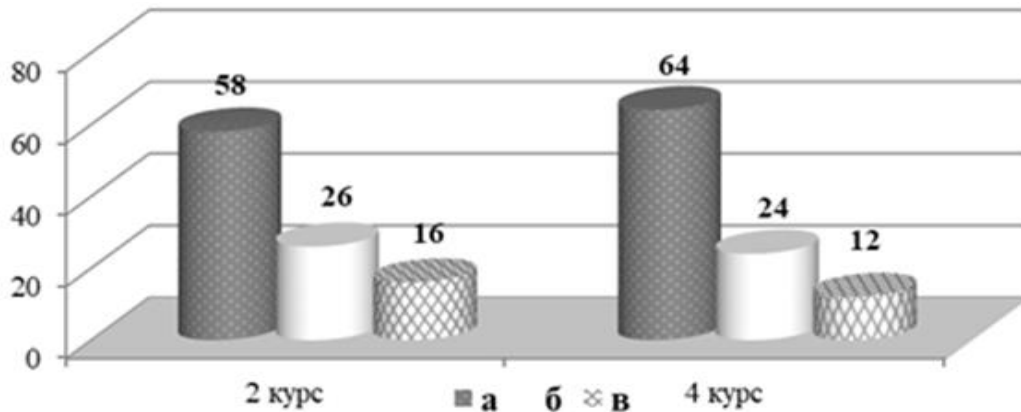


Рис.5 Отношение студентов к их внешнему виду со стороны, во время занятия спортом (%) а - да; б - нет; в - зависит от того кто тренируется со мной

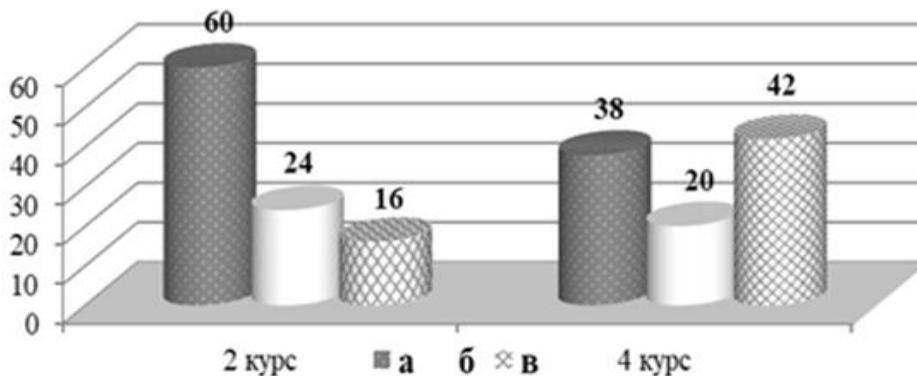


Рис.6 Ближайшая цель жизни студентов (%) а - получить высшее образование и хорошо оплачиваемую профессию; б - достичь успехов в спорте; в - обзавестись семьей и быть хорошим семьянином

На вопрос: «Нравится ли вам заниматься спортом», ответ «нет» на 2 курсе выбрало 32% студентов, а на 4 курсе уже 40%. Но процентное соотношение

меняется при ответе о «настроении и свободном времени». У студентов 2 курса положительное отношение к физической культуре выросло на 16% и стало - 42%, а у студентов 4 курса только на 6% (рис.7).

На вопрос: «Как вы поддерживаете себя в физической форме», больше половины студентов 2 курса ответило «не поддерживаю» (54%), в то время как 4 курс отдал этому варианту лишь 28% голосов, и распределив их на ответы «спорт» (42%) , диеты (30%), в то время как лишь 14% опрошенных студентов 2 курса предпочитают диеты (рис.8).

На вопрос: «Помогает ли вам физическая форма в жизни», наибольшая часть студентов опрошенных

курсов, ответили: «ни разу не пригодилась», Однако этот вариант на 4 курсе набрал на 14% голосов больше, чем на 2 курсе, (до 56%). Число студентов, выбравших вариант «иногда помогает, зависит от обстоятельств» осталось неизменным (24%) на двух курсах, а вариант: «да, каждый день сталкиваюсь с физическими нагрузками» 34% на 2 курсе и 20% на 4 курсе (рис.9),

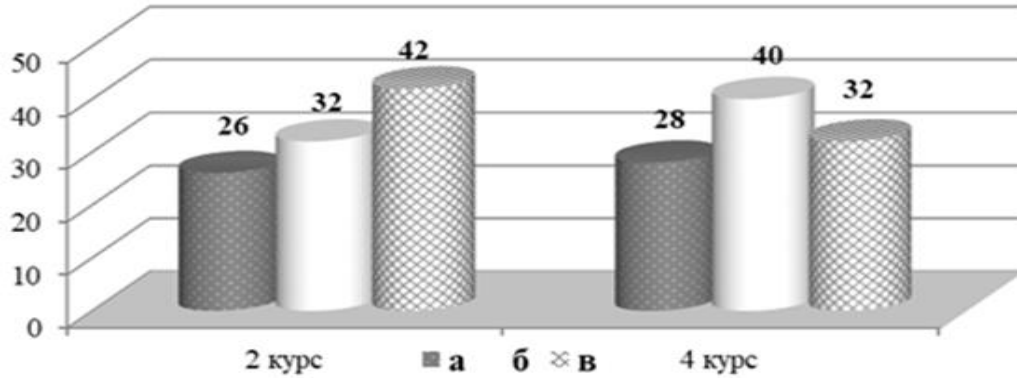


Рис.7 Отношение студентов к занятиям спортом (%)

а – да, нравится; б – нет, не нравится; в – иногда, зависит от настроения

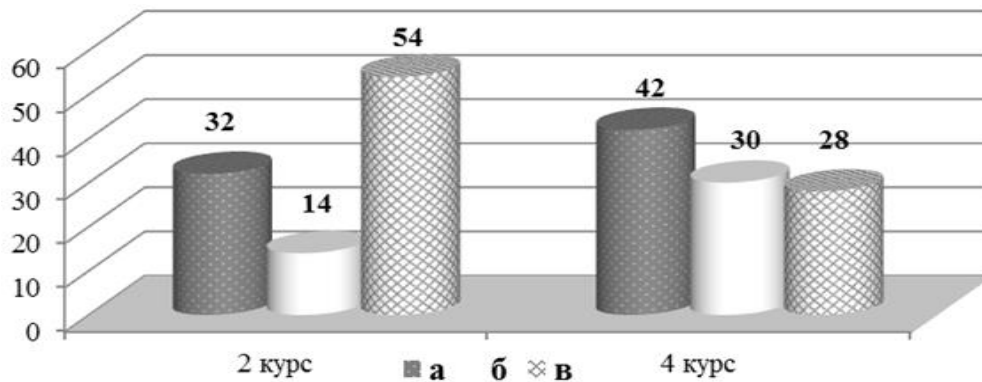


Рис.8. Как студенты поддерживают себя в форме (%) а – спорт; б – диеты; в – не поддерживаю

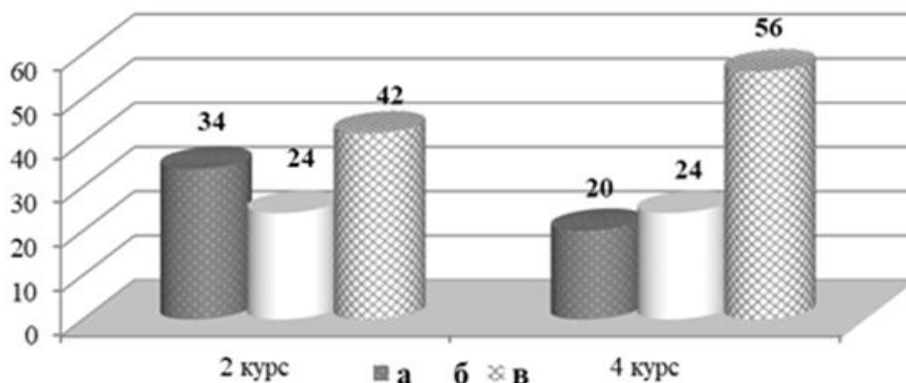


Рис.9 Роль физической формы в повседневной жизни студентов(%)

а - да каждый день сталкиваюсь с физическими нагрузками;

б - иногда физическая форма помогает, зависит от обстоятельств; в - ни разу не пригодилась

Для полноты картины, необходимо было проанализировать наличие у студентов вредных привычек (курение, алкоголь, наркотики, игромания и т.п.). По сравнению со вторым курсом на 4 курсе на 8% меньше студентов, имеющих вредные привычки 70 и 62 (%), Но количество редко употребляющих на 4 курсе гораздо больше, чем на втором (26% и 4 %) Также на 4 курсе всего 18% студентов ответили, что

не имеют вредных привычек, что на 8% меньше, чем на 2 курсе, где этот результат составлял 26%. Из всего этого следует, что большинство студентов: имеют вредные привычки: на 2 курсе (74%) и на 4 курсе (82%) (рис.10),

Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод о том, что основной причиной снижения мотивации

к занятиям спортом и физическими упражнениями являются:

- у второкурсников учеба и получение образования на 1 место, и лишь некоторые из них занимаются спортом для поддержки себя в форме.

- у старшекурсников преобладает смена приоритетов. Для студентов 4 курса, наоборот, не так уже

важна учеба, как создание семьи. У них теряется мотивация к занятиям спортом, ради получения зачета. Они нацелены в основном на моделирование фигуры, уделяя большое внимания мнению партнера противоположного пола (девушки или молодого человека) и поддержания себя в форме. [4].

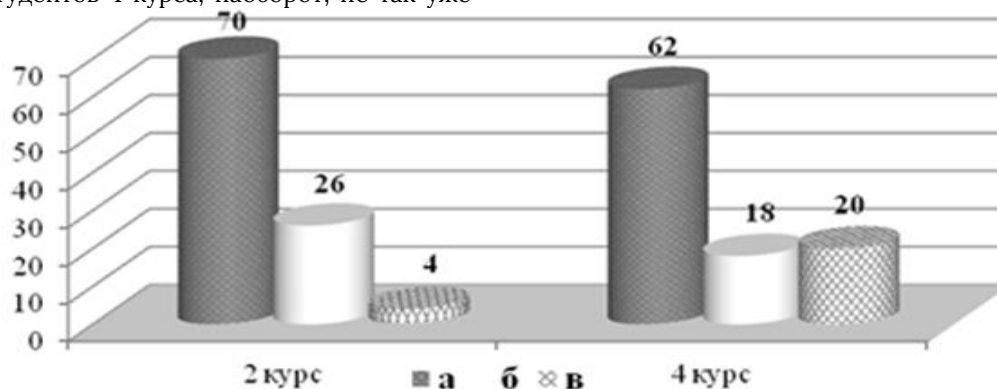


Рис.10 Наличие у студентов вредных привычек(%) а - да; б - нет; в - употребляю редко

Литература:

1. Беляничева В.В. Формирование мотивации занятий физической культурой у студентов. – Саратов: Наука, 2009. / URL: <https://nauchforum.ru/studconf/gum/xxxv/11071> [Дата обращения 06.02.2018]
2. Ильин А.А., Марченко К.А. ФОРМЫ И СПОСОБЫ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ / URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/formy-i-sposoby-motivatsii-studentov-k-zanyatiyam-fizicheskoy-kulturoy> [Дата обращения 26.05.2019]
3. Макаренко Е.В. ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ / URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-motivatsii-k-zanyatiyam-fizicheskoy-kulturoy-i-sportom> [Дата обращения 06.03.2018]
4. Мотивы и мотивация личности. / URL: <http://www.grandars.ru/college/psihologiya/motivy-i-motivaciya.html> [Дата обращения 19.04.2018]