

НАУЧНЫЙ ЭКСПЕРИМЕНТ КАК МЕТОД ВЫЯВЛЕНИЯ МОТИВАЦИИ ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКИМ ВОСПИТАНИЕМ СТУДЕНТОВ В СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ РАЗВИТИЯ ОБЩЕСТВА

Э.К. Гусейнов

Азербайджанская государственная
академия физкультуры и спорта
e-mail: komandor-61@mail.ru

Актуальность. Современный этап развития общества характеризуется глубокими преобразованиями во всех сферах жизнедеятельности людей. Статья посвящена проблеме формирования мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом. Происходит активизация человеческого фактора, быстро набирает скорость практической деятельности студентов, направленная на реализацию целей и задач ставленое перед ними. На статье отмечается роль научного эксперимента в повышении уровня физического развития и подготовленности студентов вследствие не сформированной потребности к занятиям физической культурой и спорта. Актуальной и наиболее важной задачей современного общества является воспитание образованного, социально активного и физически здорового поколения молодежи. Обществу необходимы специалисты с высоким уровнем умственного, интеллектуального и физического развития. Социально-экономические изменения оказывают влияние на уровень жизни и на состояние здоровья.

Цель исследования. В настоящее время среди молодежи наблюдается факт интересу к физической культуре. Но качество преподавания физической культуры в вузах не способствует стремлению молодежи к освоению ценностей физической культуры, к занятиям физкультурой и спортом. Практика показывает, что уровень состояние здоровья молодежи не соответствует запросам дня. Проблема здорового образа жизни, а также формирования и укрепления здоровья молодежи остается актуальной проблемой перед государством [2]. Образ жизни современной молодежи характеризуется как малоподвижный и поэтому одной из причин, способствующих снижению состояния здоровья, является уровень двигательной активности.

Материалы и методы. Основой педагогических воздействий, способствующих развитию как личностных, так и физических качеств, служит процесс формирования мотивации студентов к физической активности и установки на самосовершенствование, самовоспитание и саморазвитие. Формирование мотивации к занятиям способствует росту массовости занятий физкультурой и спортом. Выполнение этих задач требует от каждого члена общества повышения своей физической активности как необходимого субъективного условия радикальных изменений. Однако рост физической активности человека не происходит сам по себе, он обеспечивается под влиянием множество общественных факторов, среди которых значительную роль играет научный эксперимент. Благодаря научному эксперименту полученный в результате научного исследования эмпирический материал служит основой для дальнейших мыслительных операций и в конечном счете производства научного знания. Будучи важным звеном в механизме познания всяких общественных процессов, научный эксперимент как бы представляет этап от живого созерцания к абстрактному мышлению, но этим не исчерпывает себя. Именно в этом способе социального познания заключены довольно большие возможности для раскрытия диалектики общественного процесса во всей противоречивости отражения их в коллективном, групповом и общественном сознании. И в этом смысле научный эксперимент значительно повышает уровень объективности и достоверности полученных знаний, способствует осуществлению необходимых

объективных научных исследований проблем по выявлению мотивации занятия физическим воспитанием студентов в современном этапе развития общества [4].

Анализ ряда научных исследований показывают, что большинство студентов имеют пассивное отношение к физической активности, а определенный слой негативно относится к занятиям спортом, что свидетельствует о не образующиеся потребности к занятиям физкультурой и спортом. Это логический итог низкого уровня мотивации, а также необходимости модернизации процесса физического воспитания в вузах. Важное значение в формировании здорового образа жизни имеет приобщение молодежи к физической культуре и спорту. Изучение мотивационной сферы личности позволит подготовить студенчество к систематическим, целенаправленным занятиям физической культурой. Известно, что мотивационный процесс напрямую зависит от потребностей личности, которые и побуждают его к деятельности [1]. В основе любой деятельности, в том числе физкультурно-спортивной, лежит потребность в движении, в укреплении и сохранении здоровья, в физическом самосовершенствовании. Это и является психологической основой мотивации к физкультурно-спортивной деятельности. Мотивом является осознанная причина активной деятельности личности, направленной на достижение цели. Сложное психическое образование, которое начинает формироваться под влиянием возникающей у человека потребности и есть как называемый мотив, который является побудителем к деятельности. Он определяет не только поведение человека, но и обуславливает конечный результат, является детерминацией поведения и поэтому выделяют внешнюю и внутреннюю мотивацию. Внешняя мотивация - обусловленная внешними условиями и обстоятельствами, лежащими за пределами субъекта деятельности. Внутренняя мотивация - связана с личностными диспозициями: потребностями, установками, интересами, при которых действия и поступки совершаются по доброй воле субъекта. В этой области имеется ряд нерешенных актуальных проблем, требующих разработки теоретических и методологических вопросов общественных наук в тесной связи с практикой деятельности студентов, выявления и определения причин, замедляющих темпы активизации человеческого фактора. По мнению некоторых авторов мотивация и мотивы всегда внутренне обусловлены, но могут зависеть и от внешних факторов, побуждаться внешними стимулами. Под внешними мотивами подразумеваются обстоятельства, а также внешние факторы, влияющие на принятие решения и силу мотива. В данном случае можно говорить о внешне стимулируемой, внешне организованной мотивации, принимая во внимание, что обстоятельства, условия и ситуации приобретают значение тогда, когда становятся значимыми для человека, для удовлетворения его потребности. Поэтому внешние факторы должны в процессе формирования мотивации трансформироваться во внутренние. Изучение условий и путей повышения активности студентов в условиях научного экспериментирования обусловлено также тем, что проявление общей, присущей закономерности роста активности приобретает ряд специфических черт, особенностей, знание которых позволит раскрыть и показать потенциальные физические возможности, резервы совершенствования активной физической деятельности студентов.

С другой стороны, мотивация является как главный компонент успешного выполнения деятельности. Мотивы физкультурно-спортивной деятельности побуждают человека заниматься, но также, что немаловажно, придают занятиям осмысленный характер. И для того, чтобы это стало осознанной позицией личности, необходимо сформировать знания и убеждения, так как именно знания являются основой формирования потребностей к занятиям физкультурой и спортом. Именно теоретические знания в области физкультуры и спорта являются мощным средством педагогического воздействия на потребность мотивационную сферу студента. Знания о значимости того или иного вида деятельности на организм формируют потребность в

двигательной активности и оказывают свое воздействие на формирование интереса и мотивации к занятиям. Знания, полученные в процессе занятий физического воспитания, как теоретические, так и практические, формируют кругозор в области физической культуры и спорта [3]. Именно знания способствуют формированию потребностей, потребностей в движении, потребностей в самосовершенствовании, потребности в сохранении и укреплении здоровья. На практике часто наблюдается отсутствие у студентов элементарных знаний в области физической культуры и спорта, они часто не знают ни о способах движений, ни о воздействии физических упражнений и физических нагрузок на организм. Следует также отметить, что выбор в качестве объекта исследования среди студентов не должно быть случаен.

Результаты и их обсуждения. Современный молодежи – это не простая ассоциация лиц. Он непосредственно осуществляет производство материальных благ, но вместе с тем как исторически новая общность людей, связанных совместной деятельностью, выполняет многоцелевые функции, в том числе функцию воспитания личности. Молодежный слой населения выступает связующим звеном в сочетании интересов общества и отдельной личности. В молодежном коллективе необходимые общественные условия и возможности для полного использования достижений активизация физического прогресса, он выступает в роли «активным проводником» революционной стратегии. Роль научного эксперимента проявляется в том, чтобы выявить и получить оптимальные результаты по применению этих возможностей и условий для ускорения процесса возрастания физической активности молодежи и научного управления им. Именно знания и познавательная деятельность являются основой формирующейся мотивации. Овладение системой знаний способствует формированию потребностей в занятиях физической культурой и спортом и позволяет студентам самостоятельно использовать средства физической культуры для физического самосовершенствования, обеспечивая адекватную самооценку и самоконтроль. Теоретическая подготовка способствует формированию осознанной потребности к занятиям физической культурой и спортом. Сознательное отношение к занятиям и эффект наблюдаются там, где студенты четко осознают, с какой целью им нужно заниматься, какого уровня нужно достичь и чем это может быть полезно в будущем. Принцип сознательности выступает базовым элементом формирования потребности мотивационного процесса. Естественно, что как в вопросах применения экспериментального метода, так и в плане его использования с целью повышения физической активности студентов имеется немало мировоззренческих, теоретико-познавательных проблем дискуссионного характера. Следовательно, формирование личностно значимой потребности в совершении целенаправленной двигательной активности происходит через овладение занимающимися необходимой системой знаний, подкрепленной положительными эмоциями от занятий. На основе знаний и убеждений формируются потребности, мотивы, интересы. Формирование мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом у студентов – процесс непростой и многоступенчатый, зависящий от различных факторов. Традиционно к факторам, влияющим на формирование мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом, относятся:

- личность преподаватель и его отношение к студентам;
- личность преподавателя и его отношение к работе;
- предмет физического воспитания и место, занимаемое в учебно-воспитательном процессе вуза;
- наличие и состояние материально-технической базы;
- наличие элективных дисциплин по различным видам спорта, соответствующих интересам и потребностям студентов;
- успешность выступления сборных команд по видам спорта на межвузовских, – городских и международных соревнованиях;

– спортивные достижения студентов и выпускников вуза [5].

Заключения. Мотивировать студентов означает затронуть их наиболее значимые интересы и актуальные потребности в чем-либо. Внутренняя мотивация формируется в результате удовлетворения от процесса занятий и характеризуется активным интересом к деятельности. Внутренняя мотивация – это активный интерес к занятиям физическими упражнениями. К внутренним побуждающим мотивам относятся:

- мотивы, связанные с удовлетворением процессом деятельности (эмоциональность, новизна, динамичность, любимые упражнения);
- мотивы, связанные с перспективой (укрепление здоровья, развитие физических качеств, коррекция фигуры).

Помимо внутренних побуждающих мотивов у каждого человека существует собственная иерархия внутренних отрицательных мотивов (страх перед насмешками из-за неумения выполнять какое-либо движение, получить низкую отметку и т.д.), препятствующих формированию положительной мотивации, необходимо заменять их на положительные мотивы и с ними работать. Самым актуальным и востребованным мотивом для решения основных задач физического воспитания является мотив укрепления здоровья. Полученные данные позволяют сделать вывод, что для формирования мотивации необходимо выявить потребности, цели и мотивы, побуждающие студентов к активной и осознанной физкультурно-спортивной деятельности. Грамотно организованная работа по формированию мотивации к занятиям физической культурой и спортом станет базисом, способствующим укреплению здоровья, она поможет молодежи социализироваться, адаптироваться к условиям жизни и профессиональной работе и на этой основе обеспечить себе высокую работоспособность и творческую активность.

Исследование их имеет не только научное, но и практическое значение, так как при этом разрабатываются теоретико-методологические основы практики активизации человеческого факторов современном этапе развития общества.

Использованная литература:

1. Ильин А.А., Марченко К.А., Капилевич Л.В., Давлетьярова К.В. «Формы и способы мотивации студентов к занятиям физической культурой» Вестник. ТГУ, 2012, № 360
2. Ильин Е.П. «Мотивация и мотивы» СПб.: Питер, 2002
3. Морозова Л.В., Загрядская О.В. «Проблема мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом: гендерный подход» (Управленческое консультирование, 2014, № 8(68))
4. Семиглазова Е. П. Формирование мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом (Перспективы развития науки в области педагогики и психологии: материалы II международного научно-практической конференции) Челябинск, 2015.

СКАНДИНАВСКАЯ ХОДЬБА В СПЕЦИАЛЬНОМ УЧЕБНОМ ОТДЕЛЕНИИ

О.И. Гутько, В.Я. Борисов

Учреждение образования «Минский государственный
лингвистический университет»,
г. Минск, Республика Беларусь
e-mail: olga-gudko@rambler.ru

Актуальность. В настоящее время особое внимание заслуживает такое современное средство физической культуры, как скандинавская ходьба. Это ходьба с использованием специально разработанных палок, которая имеет широкий спектр научно обоснованных и доказанных экспериментальных данных, подтверждающих