

4. Бодолев, А.А. Восприятие и понимание человека человеком / А.А. Бодолев. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1982. – 200 с.
5. Брутман, В.И. Динамика психологического состояния женщин во время беременности и родов / В.И. Брутман, Г.Г. Филиппова, И.Ю. Хамитова // Вопросы психологии. – 2002. – №1. – С. 59–68.
6. Вишневская, В.П. Некоторые теоретико-методологические и прикладные аспекты формирования «образа профессионала» / В.П. Вишневская // Л.С. Выготский и современная культурно-историческая психология: проблемы развития личности в измененном мире: материалы IV Междунар. науч.-практ. конф.: в 2 ч.; Гомель, 28–29 окт. 2010. – Гомель: ГГУ им. Ф. Скорины. – 2010. – Ч. 1. – С. 303–307.
7. Завалова, Н.Д. Образ в системе психической регуляции деятельности / Н.Д. Завалова, Б.Ф. Ломов, В.А. Пономаренко. – М.: Наука, 1986. – 172 с.
8. Клещева, Е.А. Особенности взаимоотношений отца / отчима с детьми в повторнобрачной семье: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05 / Е.А. Клещева; БГПУ. – Минск, 2013. – 27 с.
9. Климов, Е.А. Введение в психологию труда: учебник для вузов / Е.А. Климов. – М.: Культура и спорт, ЮНИТИ, 1998. – 350 с.
10. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность / А.Н. Леонтьев. – М.: Смысл, Академия, 2005. – 352 с.
11. Мещерякова, С.Ю. Психологическая готовность к материнству / С.Ю. Мещерякова // Вопросы психологии. – 2002. – С. 18–27.
12. Ситников, В.Л. Образ ребенка в сознании детей и взрослых / В.Л. Ситников. – СПб.: Химиздат, 2001. – 288 с.
13. Стреленко, А.А. Социально-перцептивные образы подростков и взрослых, переживших сексуальное насилие: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.13 / А.А. Стреленко. – СПб., 2004. – 193 с.
14. Сутович, Е.И. Научные подходы к исследованию образа человека / Е.И. Сутович // Вестник БарГУ. Серия: ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ. ФИЛОСОФСКИЕ НАУКИ. – 2017. – № 5. – С. 72–78.
15. Филиппова, Г.Г. Развитие ребенка в раннем онтогенезе и функции матери / Г.Г. Филиппова // Психология и психоанализ беременности / Д.Я. Райгородский. – Самара: Изд. Дом «Бахрах-М», 2003. – С. 69–93.
16. Шмурак, Ю.М. Пренатальная общность / Ю.М. Шмурак // Психология и психоанализ беременности / Д.Я. Райгородский. – Самара: Изд. Дом «Бахрах-М», 2003. – С. 93–101.

**Колошкина В.А., Дварак Н.А.** (Научный руководитель – Богомаз С.Л.  
канд. психол. наук, доцент)

Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

### **МОТИВАЦИЯ СТУДЕНТОВ К САМОСТОЯТЕЛЬНЫМ ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ**

**Введение.** Целью учебного предмета «Физическая культура» в вузе является формирование физической культуры личности в процессе решения связанных с ней педагогических, гигиенических и прикладных задач. Достижение данной цели возможно лишь при условии развития активности, самостоятельности инициатив студентов. Научные исследования в области изучения уровня подготовленности студентов показывают, что мотивация к занятиям физической культурой проявляется слабо и имеет тенденцию к снижению от курса к курсу. Основной причиной низкой двига-

тельной активности студентов считается отсутствие устойчивых привычек, оптимального жизненного стереотипа, который складывается на протяжении дошкольного и школьного периодов и свидетельствует о нивелировании потребности в движении на уровень социальных потребностей, т.е. удовлетворение потребности в движении зависит от сознания. Одним из средств на пути достижения цели является активный образ жизни студентов в свободное время. Занятия физической культурой не могут восполнить тот необходимый максимум двигательной активности, который нужен учащимся, чтобы поддерживать свой организм на оптимальном уровне. Цель работы – провести анализ физической активности студентов во внеучебное время, а также способы их мотивации к здоровому образу жизни.

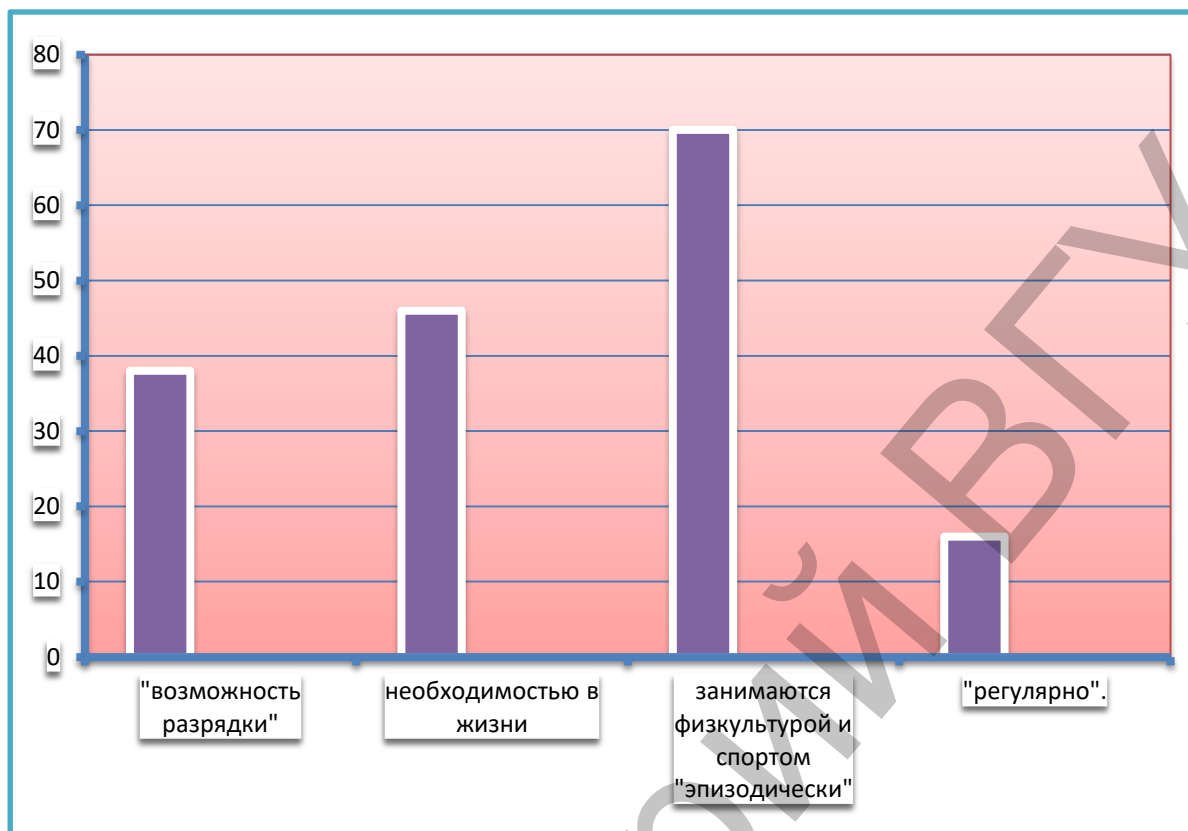
Многочисленными научными исследованиями установлено, что эффект оздоровительной тренировки во многом зависит от частоты занятий. По утверждению специалистов ВОЗ, здоровье на 50–55% зависит от образа жизни человека, на 20–23% – от наследственности, на 20–25% – от состояния окружающей среды (экологии) и на 8–12% – от работы национальной системы здравоохранения.

**Материал и методы.** Методы исследования: анализ научно-методической литературы, анкетирование, статистическая обработка результатов. В анкетировании приняли участие 16 юношей и 44 девушки-студенты 1 курса биологического факультета ВГУ имени П.М. Машерова очной формы обучения.

Для изучения мотивации студентов была предложена анкета: «Отношение студентов к физической культуре в вузе», которая состояла из 2 блоков вопросов: 1) физическая культура как учебная дисциплина в УВО (5 вопросов), 2) выбор форм, и методов для самостоятельных занятий физической культурой (4 вопроса). На каждый вопрос были предложены варианты ответов.

**Результаты и их обсуждение.** Если рассматривать проблему в приложении к физической деятельности, то, определив мотивы студентов, можно предположить, будут ли они заниматься самостоятельно или их конечная цель – сдача зачета. В учебной деятельности студентов проявляются следующие мотивы: познавательные, социальные. Познавательные мотивы являются наиболее важными в учебной деятельности, они могут актуализироваться, если содержание предмета имеет личностную значимость для индивида. Физкультурная деятельность будет значимой, если ее связывать с возможностями самореализации в будущей профессиональной и семейной жизни, через осознание влияния физических упражнений на организм человека с точки зрения физиологии, возможностей технического роста и т.д., что может иметь значение в виде уже осознанных целей и «подсказанных» преподавателем. Физкультурная деятельность студентов имеет следующую классификацию побуждающих мотивов: – внутренние мотивы, связанные с удовлетворением процессом деятельности (эмоциональность, новизна, динамичность, любимые упражнения и т.д.); – внешние положительные мотивы, основанные на результатах деятельности (приобретение знаний, умений, навыков, активный отдых и т.д.); – мотивы, связанные с перспективой (укрепление здоровья, развитие физических качеств, коррекция фигуры и т.д.); – внешние отрицательные мотивы (страх перед насмешками из-за неумения выполнять какое-либо движение, получить низкую отметку и т.д.).

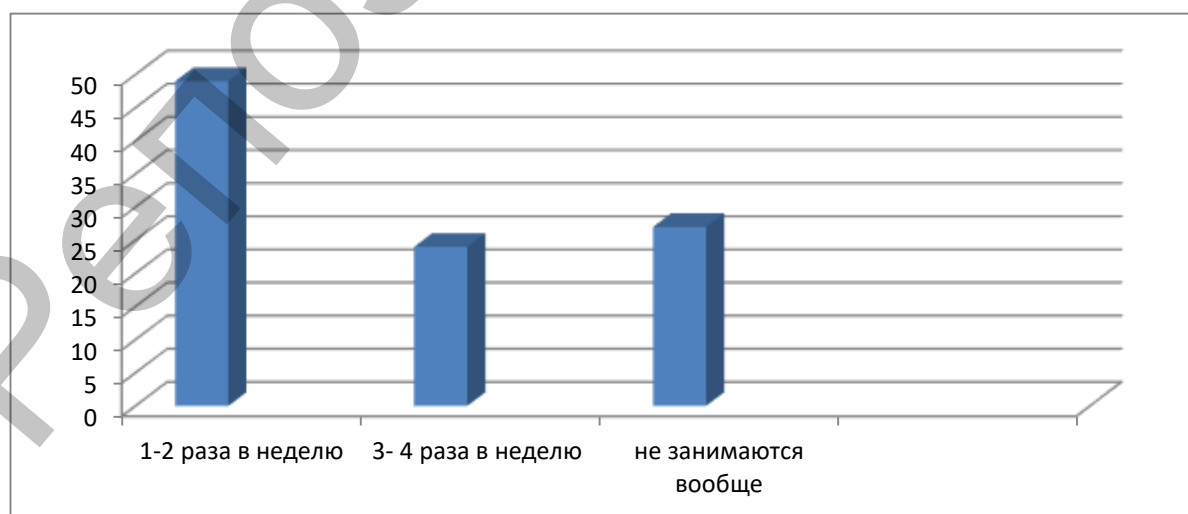
По результатам анкетирования были получены следующие данные: по первому блоку вопросов, в котором учащимся необходимо было высказать свое мнение о физической культуре как одной из учебных дисциплин УВО, были получены следующие результаты: каждый 5-й студент отметил, что он относится к предмету «как к обязательным занятиям».



**Рисунок 1 – Отношение студентов к занятиям**

На графике видно, что – 38% студентов относится к занятиям как «возможности разрядки», «снятию напряжения», «смене видов деятельности»; 46% опрошенных считают, что физическая культура является «»; занимаются с «желанием и интересом», 70% занимаются физкультурой и спортом «эпизодически» или «совсем не занимаются», лишь 16% – «регулярно».

По второму блоку вопросов, в котором учащиеся должны были указать свои предпочтения по выбору форм, средств и методов для самостоятельных занятий физкультурой, были получены результаты:



**Рисунок 2 – Регулярность занятий**

- в свободное от учебы время 49% студентов занимаются физкультурой 1–2 раза в неделю, 3–4 раза в неделю занимаются 24% студентов, не занимаются вообще 27% студентов. Анализируя данные нашего исследования, мы выяснили, что 17% предпочитает проводить свой досуг в тренажерном зале, 15% занимаются различными видами легкой атлетики, 33% – плаванием, 35% – другими видами спорта.

**Заключение.** Из полученных данных можно сделать вывод, что большинство студентов серьезно относятся к своему здоровью, понимают важность занятий физической культурой. Большинство учащихся всесторонне используют имеющиеся в вузе возможности занятий физической культурой и спортом. Они выполняют установленные требования по спортивной подготовке, принимают участие в соревнованиях различного масштаба, сохраняют интерес к спорту при обучении и на старших курсах. Студенты неизменно предпочитают организованные, а не самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Можно констатировать, что занятия физической культурой и спортом занимают достаточно важное место в системе жизненных ценностей студенческой молодежи и представляют как самостоятельную ценность (ощущение радости и красоты движений, удовлетворенность от достигнутых результатов и т.д.), так и средство формирования и развития важнейших личностных качеств (физических, волевых, интеллектуальных).

Осознание факта, что современная система физического воспитания в вузе, в основе которого лежит принудительная подготовка под обязательные и единые для всех требования и нормативы, находится в противоречии с интересами студентов, дает основание надеяться, что студенты станут содействовать её перестройке на личностно-ориентированной основе.

#### **Список использованной литературы:**

1. Блоцкая, Ю.В. Изучение отношения к занятиям физической культурой и спортом у студентов непрофильных специальностей (на примере филологического факультета) в УО МГПУ им. П.П. Шамякина / Ю.В. Блоцкая, Р.М. Роговик, А.Н. Мурашко // Актуальные проблемы физического воспитания, спорта и туризма: V Международная научно-практическая конференция. – Мозырь: МГПУ им. И.П. Шамякина, 2014. – С. 60–61.

2. Ильин, А.А. Формы и способы мотивации студентов к занятиям физической культурой / А.А. Ильин, К.А. Марченко, Л.В. Капилевич, К.В. Давлетьярова // Вестник Томского государственного университета. – 2012. – № 360. – С 143–146.

3. Соковня-Семенова, И.И. Основы здорового образа жизни / И.И. Соковня-Семенова. – Москва: Сфера, 2003. – 41 с.

**Король Н.А.** (Научный руководитель – Данилова Ж.Л.,  
старший преподаватель)

Республика Беларусь, г. Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

### **ИССЛЕДОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА**

**Введение.** Актуальность выбранной темы объясняется тем, что эмоциональный интеллект как предмет социально-психологического исследования является отчасти новым и малоизученным феноменом.

Проведенный анализ литературы по исследуемой проблеме подтверждает существование разных подходов для понимания смысла и структуры эмоцио-