

*Земкина Елена Владимировна*

студентка

Научный руководитель

*Андрющенко Юлия Владимировна*

старший преподаватель

ФГБОУ ВО «Тихоокеанский государственный университет»

г. Хабаровск, Хабаровский край

## **РОЛЬ МОТИВАЦИИ У СТУДЕНТОВ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В УНИВЕРСИТЕТЕ**

*Аннотация:* в статье рассматриваются методики мотивации студентов к занятиям спортом в рамках учебных занятий. Пристальное внимание в работе уделяется этапам формирования студентов учебного вуза желания к занятиям спортивной деятельностью.

*Ключевые слова:* спорт, физическая культура, мотивация, студент.

Концепция физического развития в стенах университета обязана содействовать выработке индивидуальной физической культуры студентов, выступая его накопленным качеством, равно как требование, как условия успешной учебно-профессиональной работы, равно как общий коэффициент высококлассной культуры будущего профессионала, а также как задача самосовершенствования и саморазвития [1].

Результативность физического обучения значительно повысится, в случае если станет сконструирован метод привлечения студентов к постоянным делам физической культуре, а также спортом в действующих на данный период времени социально-экономических обстоятельствах.

Немаловажным фактором является формирование на разных этапах формирования человека необходимость заниматься физической активностью и спортом в целом в течении всей жизни.

Безусловно, то что мотивация приобщения студентов к физической культуре, а также спорту представляет важную значимость. Направленность студентов в творческом освоение проекта физической культуре требуется высокоупорядоченное воздействие в их умственной, эмоционально-волевой, а также идейной сфере, поскольку настоящее понимание об физической культуре персоны вяжется не только лишь с формированием моторных свойств, самочувствием, а также широтой, глубиной познаний человека, его мотивацией и миропониманием в области физкультурно-спортивной деятельности [3].

В взаимосвязи вместе с невысокими показателями самочувствия, а также повышающимся процентом заболеваемости из числа нынешнего молодого поколения появляется потребность во внедрении здоровьесберегающих технологий в общеобразовательную программу.

Значительная доля студентов никак не ощущает заинтересованности в занятиях, либо никак не желает заниматься в целом. Из их числа преобладает отсутствие познаний в области касающихся здоровья и профилактики своего здоровья [2].

Основная задача физической культуры, проводимых в учебных заведениях – развитие физической культуры у студентов, подготовка к социально-профессиональной работе, поддержание, а также улучшение самочувствия. Для этого необходимо желание к овладению конкретных умений и навыков, которые обеспечивают поддержание и улучшение

самочувствия, психическое благосостояние, формирование возможностей, физических свойств а также качеств. Непосредственно систематические обучения физической культуры, спорта в целом, гарантирует достижения результатов уровня физических качеств, то есть приобретение конкретной степени тренированности. Этого возможно достичь, только лишь в том случае, если педагог (в первую очередность педагог физической культуры) ориентирует студентов на формирование здоровьесберегающих качеств, основной из числа каковых – мотивация к занятию физической активностью, а также спортом. Для этого следует принимать во внимание интересы студентов. Выявлять более ценимые им виды

разновидностей моторной деятельности, вместе с поддержкой средств, а также физического обучения, сформировать у студентов заинтересованность к обучению [4].

Следует также применять персональный и разграничительный аспекты к физическим способностям подготовленности студентов, использовать в упражнениях согласно физическому воспитанию соревновательной деятельности. В неотъемлемом режиме в процесс обучения включать эстафеты, игровые разновидности спорта. Для этого необходимо наличие учебно-тренировочной базы, спортивного инвентаря, а также оборудования.

Организация спортивных секций согласно увлечениям обучающихся:

волейбол;

баскетбол;

настольный теннис;

легкая атлетика;

занятия фитнесом;

занятия в тренажерном зале [5].

Все без исключения дает возможность увеличить степень физиологического и эмоционального самочувствия студентов, увеличить их мотивацию к занятиям физической активностью. Таким образом, спорт, физическая культура, спортивный стиль и спортивный образ жизнедеятельности станут надёжной защитой, способной помочь молодому поколению приспособиться к условиям жизни, профессиональной деятельности и на этой основе обеспечить высокую работоспособность, творческую динамичность, а в последующем – долгий срок жизни [1].

### ***Список литературы***

1. Беяничева В.В. Формирование мотивации занятий физической культурой у студентов / В.В. Беяничева // Физическая культура и спорт: интеграция науки и практики. – Саратов, 2009. EDN SBCRIZ
2. Ильин Е.П. Психология физического воспитания / Е.П. Ильин. – СПб., 2002.

3. Сырвачева И.С. Мотивация самостоятельных занятий физическими упражнениями / И.С. Сырвачева. – Владивосток, 2003.

4. Пятков В.В. Формирование мотивационно-ценностного отношения студентов к физической культуре: на материале педвузов: дис. ... канд. пед. наук / В.В. Пятков. – Сургут, 1999. EDN NLLJAP

5. Семенова М.А. Двигательный режим студентов в период экзаменационной сессии и напряженных умственных нагрузок / М.А. Семенова, М.В. Железнякова, Е.Е. Щербакова // Учебные записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2019.