

Немало важную роль в формировании мотивации играют и школьные программы, направленные на развитие двигательных навыков и поддержание интереса к физической активности, которые, в свою очередь, выступают важным фактором в формировании долгосрочной мотивации. Также сверстники и социальные группы влияют на формирование мотивации к занятиям спортом: школьники стремятся быть частью групп, где активность и спорт считаются важными. Кроме того, совместное участие в спортивных мероприятиях и соревнованиях, поддержка и конкуренция между сверстниками могут как стимулировать, так и снижать мотивацию, в зависимости от социальной динамики в группе [5].

Заключение. Подводя итог выше рассмотренному, можно заключить, что формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом в школьном возрасте является важнейшим элементом в воспитании здорового поколения. Проведенный теоретический обзор показывают, что мотивация школьников зависит от множества факторов, таких как поддержка семьи, личные интересы учащихся, уровень профессионализма преподавателей, а также социальное окружение и общественные установки.

Особое внимание следует уделять комплексному подходу к развитию мотивации, который включает создание мотивирующей школьной среды, активное участие родителей и внедрение инновационных подходов в учебные программы. Для успешного формирования устойчивой мотивации необходимо не только продуманное методическое обеспечение уроков физической культуры, но и организация внеурочных мероприятий, спортивных секций и соревнований, которые могут повысить интерес к спорту. Вместе с этим, важную роль играет учет возрастных и индивидуальных особенностей школьников, что позволяет повысить эффективность физических занятий и адаптировать их к интересам детей.

Перспективы дальнейших исследований в данной области включают разработку рекомендаций по повышению интереса и вовлеченности детей в регулярные виды физической активности, внедрение более «гибких и индивидуализированных» программ по формированию мотивации, а также изучение влияния современных цифровых технологий на физическую активность современных школьников.

Список цитируемых источников

1. Серова, Л. К. Мотивация в спортивной деятельности: монография / Л. К. Серова. — М.: Спорт: Человек, 2020. — 144 с.
2. Гилев, Г. А. Образование, физическое воспитание, спорт учащейся молодежи : монография / Г. А. Гилев. — М. : СМП-Индустрия, 2017. — 166 с.
3. Лубышева, Л. И. Спортизация в системе физического воспитания: от научной идеи к инновационной практике : монография / Л. И. Лубышева. — М.: НИЦ «Теория и практика физической культуры и спорта», 2017. — 200 с.
4. Слепченко, А. Л. Мотивация как компонент занятий физической культурой / А. Л. Слепченко // Молодой ученый. — 2019. — № 19. — С. 388—390.
5. Родионов, А. В. Психология физического воспитания и спорта : учебник для ВУЗов / А. В. Родионов — М. : Академический Проект, 2004. — 105 с.

УДК 796.015.132:378

А. А. Лобко, М. И. Кривенков, Е. Н. Герасимович

Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи, Республика Беларусь

ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СТУДЕНТОВ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ

Ведение. В данной статье рассмотрены особенности профессионально-прикладной физической подготовки студентов высшей школы. Раскрываются ее специфические особенности: мотивационно-ценностное отношение к двигательной культуре; овладение системой практических умений и навыков, определяющих психофизическую грамотность студентов в будущей профессиональной деятельности.

Основная часть. Цель современного высшего образования — это развитие тех способностей личности, которые нужны ей самой и обществу, включение ее в социально-ценностную активность, обеспечение возможностей эффективного самообразования за пределами институционализированных образовательных систем [1]. Приобщение людей к фундаментальным культурным ценностям, к числу которых относится физическая культура, становится основным средством достижения цели образовательной системы [2]. Главной специфической особенностью профессиональной физической культуры является прикладность, основанная на естественно-биологических предпосылках — «переноса тренированности».

Процесс обучения в высшей школе осуществляется в двух направлениях: учебные и внеучебные занятия в различных формах их проявления, где одними из главных компонентов являются традиционные и нетрадиционные оздоровительные, физкультурные и спортивные мероприятия, цель которых — формирование физической культуры личности студента как системного и интегративного качества личности, неотъемлемого компонента общей культуры будущего специалиста высшей школы, способного использовать ее в учебной, социально-профессиональной деятельности и в семье [3]. В системе высшего образования основным и специфическим направлением является процесс профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП),

направленный на формирование двигательной активности и культуры здоровья: — мотивационно-ценностное отношение к двигательной активности, с установкой на здоровый образ жизни, потребности к самосовершенствованию и самовоспитанию, потребности в регулярных занятиях физической культурой, спортом; — овладение системой практических умений и навыков; — обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую грамотность студента в будущей профессии; — приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности [4]

Таким образом, ППФП в широком смысле слова — это компонент всей системы физического воспитания, направленный на создание высокого уровня физического совершенствования, сформированности специальной педагогической образованности, мотивационно-ценностных ориентаций для формирования культуры образа жизни, духовного и психофизического здоровья студента.

В узком смысле — это процесс, имеющий прикладное значение, характер которого выявляет решение основной задачи — формировании двигательных умений и навыков, направленных на освоение будущей профессиональной деятельности и развитие профессионально важных качеств и способностей выпускника. Исходя из вышеизложенного, возникает необходимость поиска эффективных форм, средств и методов, которые могли бы существенно повысить продуктивность формирования двигательной активности и культуры здоровья как ценности [4]. В связи с этим проведенный нами анализ сравнительной характеристики комплексного медицинского обследования первокурсников выявляет рост количества студентов, направляемых в специальную медицинскую группу (в 2023/2024 учебном году — 24,4 %), рост освобожденных от занятий физической культурой составляет 11,3 % от состава зачисленных. Основными причинами ухудшения здоровья являются умственные и психологические нагрузки при подготовке к ЦТ и ЦЭ, отсутствие двигательной активности, большая плотность учебных дисциплин разнопланового воздействия и другие формы объема информации. В ходе выборочного опроса студентов первых и вторых курсов, нами выявлены и другие причины ухудшения из здоровья: неправильно сбалансированное питание; вредные привычки; неграмотное и нерациональное планирование собственного досуга.

Заключение. Анализ проведенного опроса показал, что 71,4 % студентов страдают гиподинамией, что ведет к снижению работоспособности, изменению функциональных возможностей организма, к частым простудным заболеваниями, желудочно-кишечным расстройствам, высокой миопии и др. В процессе анкетирования студентов факультета педагогики и психологии (в количестве 168 человек) за период 2023/2024 учебного года 117 опрошенных (69,6 %) пропускали занятия по состоянию здоровья, 94 респондентов (55,9 %) указали на хроническую усталость, апатию в течение учебного года, а также финансовую нестабильность. Однако физические упражнения как одно из средств снятия психоэмоционального напряжения используют всего 48 человек (28,5 %). Большая часть студентов применяет для восстановления сил и пассивный кратковременный сон — 87 (52 %), ссылаясь на большой объем учебных предметов и подготовку к ним, некоторые используют энергетические напитки.

Проведение анкетирования студентов старших курсов (98 человек) по шкале значимости количества занятий физической культурой показало, что 57 респондентов (58,2 %) желают заниматься два раза в неделю физической культурой; 17 (17,3 %) — один раз в неделю; 18 (18,4 %) — три раза в неделю и затруднились ответить 6 (6,1 %). 72 студента (73,5 %) считают, что физическая культура, спорт помогают им справиться с напряжением, стрессами, поднимают настроение, помогают в общении, создают комфорт личностного роста. В контексте проведенного исследования нами разработаны и внедрены в практику методы педагогического мониторинга, в виде спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий, направленных на подготовку студентов к будущей профессионально-педагогической деятельности. Эти физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия помогут студентам осознать необходимость получения знаний научно-практических основ здоровья, которые могут быть использованы в процессе социальной и профессиональной деятельности.

Список цитируемых источников

1. Копылов, Ю. А. Система физического воспитания в образовательных учреждениях. / Ю. А. Копылов. — М : Арсенал образования, 2018. — С. 393.
2. Бальсевич, В. К. Научное обоснование инновационных преобразований в сфере физической культуры спорта / В. К. Бальсевич // Теория и методика физической культуры и спорта. — 2001. — № 1. — С. 10—16.
3. Виленский, М. Я. Направленное использование физических нагрузок как фактор управления профессиональной работоспособности студентов / М. Я. Виленский // Теория и практика физической культуры. — 1977. — № 6. — С. 44—46.
4. Ковалева, Н. В. Психолого-педагогическая характеристика личности учащегося: методические указания / Н. В. Ковалева, Калинингр. ун-т. — Калининград, 1997 — 24 с.