

ФОРМИРОВАНИЕ УСТОЙЧИВОЙ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ ВУЗА К УЧАСТИЮ В МЕРОПРИЯТИЯХ ВФСК ГТО

**Ледовская О.А. канд. педа. наук, Малютина М.В. канд. пед. наук, доцент
Оренбургский государственный университет**

Здоровье населения нашей страны является одним из основных приоритетов государственной политики. Повсеместное введение комплекса «Готов к труду и обороне» (далее ВФСК ГТО) в различных учебных заведениях нашей страны, в том числе и в Оренбургском государственном университете, является попыткой возрождения ценности здоровья и активного образа жизни в современной молодежной среде, той ценности, которая с течением поколений все более и более утрачивается. По нашему мнению, решение данной проблемы возможно при использовании комплексного подхода к формированию устойчивой мотивации, предполагающего проведение серии информационных и образовательных мероприятий, направленных на формирование мотивации обучающихся к участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях и мероприятиях ВФСК ГТО. Необходимость формирования устойчивой мотивации несомненна, поскольку в большинстве своем студенты не видят связи между становлением их личности как будущего специалиста и уровнем полученных знаний по физической культуре, не признают приоритет здорового образа жизни, ценности здоровья.

В ходе работы нами решались следующие основные задачи: формирование у студентов потребности в занятиях физической культурой и спортом; восполнение пробелов в знаниях относительно медико-биологической значимости ведения здорового образа жизни и гармоничного физического развития человека; вовлечение студентов университета в систематические занятия физической культурой и спортом. Основываясь на полученных результатах можно сделать вывод, что активное участие в мероприятиях ВФСК ГТО способно выделить и проявить многие положительные качества личности и ее характера, такие как: эмоциональная устойчивость, человеколюбие, работоспособность, энергичность, общий культурный уровень, интеллект и высокую мотивацию к занятиям физической культурой как таковой.

Данная работа направлена на привлечение молодежи к массовым занятиям физической культурой и спортом и привлечение все большего числа студентов Оренбургского государственного университета к сдаче нормативов ВФСК ГТО.

Ключевые слова: мотивация, физическая культура, вузовское образование, двигательная активность, физкультурно-оздоровительные мероприятия.

Указ Президента Российской Федерации от 24 марта 2014 года № 172 «Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» ГТО», определил на длительное время общую ориентацию развития нашей страны, направленную на заботу по охране и укреплению здоровья

населения, что расширило возможности для успешного развития физической культуры подрастающего поколения [13;14;15]. В первую очередь это организация и проведение социальных мероприятий по формированию всестороннего развития и двигательных способностей молодежи. В тоже время невозможно успешно развиваться и реализовывать данные возможности без сформированности у молодежи устойчивой мотивации к занятиям физической культурой и спортом [3;6;9].

Для этого необходимо помнить, что успешное формирование в сознании населения значимости физической культуры и спорта, зависит не столько от материальных возможностей для организации занятий физической культурой и спортом, сколько от правильного формирования мотивов и стимулов занятий физической культурой и спортом. Хотелось бы отметить, что вопросы физического воспитания молодежи, подготовки ее к службе в рядах Вооруженных Сил всегда занимали особое место в пропаганде физической культуры и спорта среди всех категорий граждан.

Поставленную проблему, как нам видится, возможно решить при реализации комплексного подхода к формированию у студентов устойчивой мотивации к участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях и мероприятиях ВФСК ГТО.

Цель. Сформировать устойчивую мотивацию к участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях и мероприятиях ВФСК ГТО у студентов вуза.

Задачи:

1. Определить уровень мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом, а также к участию в мероприятиях ВФСК ГТО.

2. Разработать комплекс мероприятий по формированию устойчивой мотивации к участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях и мероприятиях ВФСК ГТО.

3. Организовать активное участие студентов ОГУ в мероприятиях по сдаче нормативов ВФСК ГТО.

Для определения уровня мотивации студентов к участию в мероприятиях ВФСК ГТО нами было проведено тестирование. Студентам было предложено ответить на ряд вопросов относительно важности и необходимости их участия в мероприятиях ВФСК ГТО, а именно:

1. Является ли успешная сдача норм ГТО важным критерием Вашего здоровья и физического развития?

2. Какие тесты на Ваш взгляд следует исключить из ГТО?

3. Что для Вас значит фраза «Гармоничное физическое развитие»?

4. Какие формы сдачи нормативов ГТО были бы для Вас наиболее интересны?

5. Что такое ГТО?

Анализ полученных результатов показал, что большинство студентов определяют ВФСК ГТО как:

- «Хороший способ доказать самому себе на что ты способен; демонстрация своего потенциала»;

- «Общенациональные соревнования для спортсменов и не только»;
- «Власти должны знать, на сколько, население нашей страны подготовлено к тем или иным обстоятельствам».

Лишь небольшая часть студентов на вопрос «Что такое ГТО?» ответила: «ГТО – это Всероссийская программа, комплекс мероприятий, направленный на сохранение и улучшение здоровья населения РФ, выявление спортивных интересов; мероприятия, определяющие физическое развитие человека, проверка его двигательных способностей, готовность к трудовой деятельности; мероприятия, воспитывающие в человеке культуру и патриотизм».

Студенты, положительно ответившие на вопрос о необходимости участия в мероприятиях ВФСК ГТО, отметили, что сдача нормативов дает дополнительный стимул для улучшения своего физического развития, выведения собственных двигательных возможностей на более высокий уровень. При этом основными мотивами к участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях и мероприятиях ВФСК ГТО у студентов вуза были:

- проверка своих возможностей, определение уровня физического состояния;
- способ саморазвития (желание быть не хуже других, быть привлекательным для противоположного пола, обладание красивой фигурой);
- стремление к здоровому образу жизни, укрепление здоровья, развитие физических и волевых качеств.

В то же время в ответах отсутствовали такие социально значимые мотивы как желание быть готовым к труду и службе в армии.

Часть студентов ответили на данный вопрос отрицательно, по их мнению, успешная сдача нормативов ГТО не является объективной оценкой уровня физического развития и здоровья (можно и не участвовать, но быть в форме). Что говорит о низком уровне мотивации студентов к участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях ВФСК ГТО. Для них важны такие показатели, как: собственное самочувствие, внешние физические данные, питание, психическое состояние.

Основываясь на вышесказанном, мы пришли к выводу, что формирование устойчивой мотивации к участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях и мероприятиях ВФСК ГТО возможно при реализации комплекса мероприятий, направленных на становление активной жизненной позиции относительно ведения здорового образа жизни и участия в физкультурно-оздоровительных мероприятиях и мероприятиях ВФСК ГТО.

1. Психологическая подготовка студентов к участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях и мероприятиях ВФСК ГТО (беседы, лекции, дискуссии, конференции, просмотры спортивных фильмов), повышение мотивации к систематическим занятиям физической культурой, пропаганда здорового образа жизни. Проведение бесед, лекций, дискуссий, направленных на пропаганду здорового образа жизни и формирование в сознании молодого поколения значимости занятий физической культурой и спортом.

Информирование студентов о наиболее ярких спортивных событиях, происходящих в нашей стране и за рубежом, что, несомненно, будет способствовать формированию правильного общественного мнения студентов нашего университета по основным вопросам развития физической культуры и спорта в нашей стране.

Организация совместных просмотров спортивных фильмов, как художественных, так и учебно-методических, посвященных отдельным видам спорта, истории их развития, фильмов о выдающихся спортсменах, тренерах, фильмов о спортивных событиях (Олимпийских играх, турнирах, физкультурном комплексе ГТО в Советское время).

Демонстрация, на примере высококвалифицированных спортсменов, обучающихся в ОГУ, каких результатов можно добиться при систематических занятиях спортом (встречи с ведущими спортсменами, совместное посещение спортивных мероприятий с их участием, проведение мастер-классов).

Создание периодического издания ОГУ, в обязанности которого будет входить: оперативное обеспечение читателей спортивной информацией; фотоматериалами на спортивную тему; интервью с ведущими спортсменами, обучающимися в нашем вузе; обзоры спортивных мероприятий, в которых наш вуз принимает активное участие; репортажи и очерки; теоретический материал о последних новациях в области физической культуры и спорта, а также реклама проводимых мероприятий по физической культуре и спорту.

2. Привлечение студентов к физкультурно-спортивной деятельности различной направленности (оздоровительной, спортивной, досуговой), а также к сфере спортивных зрелищ. Участие в массовых спортивных праздниках: например, в День Космонавтики все факультеты ОГУ приняли активное участие во Всероссийской акции «Космический забег», в ходе которого проходила агитация к занятиям легкой атлетикой. Также в рамках проведения ежегодной спартакиады «Университет» были организованы соревнования между командами факультетов по сдаче нормативов ГТО (плавание; прыжок в длину с места толчком двумя ногами; наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье; подтягивание из виса на высокой перекладине; сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу).

3. Создание на территории ОГУ материально-технической базы для массовых занятий физической культурой (строительство новых спортивных площадок и реконструкция действующих спортивных сооружений в соответствии с современными требованиями).

4. Проведение соревнований; тематических квестов; организация студенческих слетов и сборов для подготовки к сдаче нормативов ВФСК ГТО, а также и самой сдачи, во время которых студенты смогут активно общаться и делиться информацией о последних достижениях в области физической культуры и спорта. Все это будет способствовать повышению у студентов Оренбургского государственного университета мотивации к участию в мероприятиях ВФСК ГТО.

Предложенный нами комплекс в течение года был частично реализован на занятиях по физической культуре. В настоящее время студенты Оренбургского государственного университета принимают активное участие в сдаче нормативов ВФСК ГТО, что говорит о наличии сознательного отношения к собственному здоровью, физической подготовленности, стремлении к формированию привычек здорового образа жизни, внедрению в повседневную жизнь систематических занятий физическими упражнениями. Таким образом, можно утверждать, что использование комплексного подхода по формированию устойчивой мотивации студентов к участию в физкультурно-оздоровительных мероприятиях и мероприятиях ВФСК ГТО приведет к положительным результатам.

Список литературы

1. Бальсевич, В. К. *Научное обоснование инновационных преобразований в сфере физической культуры и спорта* / В. К. Бальсевич // *Теория и практика физической культуры*. - 2001. - № 1. - С. 10-16.
2. Виленский, М. Я. *Психолого-педагогические основы формирования здорового образа жизни студентов* / М. Я. Виленский // *Образ жизни и здоровье студентов : материалы Первой Всерос. науч. конф. 21—23 нояб. 1995 г.* — М., 1995. — С. 51—52.
3. Лотоненко, А. В. *Педагогическая система формирования у студенческой молодежи потребностей в физической культуре* : дис. ... д-ра пед. наук / А. В. Лотоненко. — Воронеж, 1998. — 360 с.
4. Лубышева, Л. И. *Социология физической культуры и спорта* : учеб. пособие / Л. И. Лубышева. — М. : Академия, 2001. — 240 с.
5. Лубышева, Л. И. *Теоретико-методологические и организационные основы формирования физической культуры студентов: автореф. докт. пед. наук* / Л. И. Лубышева. — М. : ГЦОЛИФК, 1992. — 58 с.
6. Савчук, В. В. *Формирование мотивов к занятиям физической культурой у студентов педагогического ВУЗа* : дис. ... канд. пед. наук / В. В. Савчук. — Комсомольск-на-Амуре, 2002. — 206 с.
7. Сорокина, В. М. *Формирование отношения к здоровому образу жизни как профессиональной ценности у студентов ВУЗОВ* / В. М. Сорокина, Д. Ю. Сорокин // *Современные проблемы науки и образования*. — 2009. — № 6 — С. 52-56.
8. Тихонова, Т. К. *Формирование готовности студентов вуза к физическому самовоспитанию* : дис. ... канд. пед. наук / Т. К. Тихонова. — Москва, 2000. — 154 с.
9. Apter, M. I. *The experience of motivation* / M. I. Apter. — N. Y. : Academic Press, 1982. — 378 p.
10. Hall, C. S. *Theories of Personality* / C. S. Hall, G. Lindsey. — N. Y., 1967, Ch. 2 / *Stimulus. Response Theory*. — P. 420-466.

11. *Levando, V. A. Reports of the National Scientific and Practical Conference "Physical culture and Healthy Life Style" / V. A. Levando, P. S. Suzdalnitsky. – Moscow, 1990. – P. 64-68.*
12. *Morgan, W. P. Physical Activity and Mental Health / W. P. Morgan – Champaign, H. K. P. – 1994. – P. 132-145.*
13. *Сайт Министерства спорта Российской Федерации: <http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/fiz-ra-papk/4384/>*
14. *Сайт Министерства образования и науки Российской Федерации: <http://xn--80abucjiibhv9a.xn--p1ai/>*
15. *Официальный сайт Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» <http://gto.ru/>*