

Демчук Т.Ю., студ. 311 гр.

Научный руководитель – Брановицкая А.А.

## **ФОРМИРОВАНИЕ МОДЕЛИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТАМИ БГУКИ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

Сегодня психологический термин «мотивация» как никогда популярен. Он используется в различных словосочетаниях и контекстах, в совершенно далеких друг от друга научных областях и текстах. В чем же феномен популярности данного термина? Ответ очевиден: современная жизнь, ее темп и ритм диктуют свои правила. Определенным «мерилом» успеха человека в сегодня является его гармоничность. Гармония здесь подразумевается как сочетание в личности духовного, умственного и физического совершенства.

Стремление к физическому совершенству сегодня – это не только желание быть привлекательным, но и осознание последствий экологического кризиса для здоровья. Но осознание и желание зачастую не ведут к активным действиям, так главная роль принадлежит именно мотивации. Мы также можем утверждать, что повышение уровня мотивации людей к двигательной активности, формирование интереса к занятиям спортом решает не только основные задачи физического воспитания, но и позволяет устранить проблемы, связанные с переутомлением, эмоциональным перенапряжением.

С точки зрения психологии, мотивация является одним из ключевых моментов перспективной рефлексии. Целью нашего исследования стало изучение мотивации студентов третьего курса, побуждающей к занятиям физической культурой и спортом. Для достижения мы поставили следующие задачи: определить, с какой целью индивид осуществляет то

или иное действие, выявить закономерности, объясняющие поведение людей в той или иной ситуации. Российский ученый Ю.И. Ребрин дает следующее определение: «Мотивация – это побуждение к деятельности совокупностью различных мотивов, создание конкретного состояния личности, которое определяет, насколько активно и с какой направленностью человек действует в определенной ситуации. Мотив (или побуждение) – это понятие, которое используется для объяснения индивидуальных различий в деятельности, осуществляемой в идентичных, тождественных условиях. Мотив – это повод, причина, необходимость действовать, побуждение к чему-либо» [3].

Мотивы занятий физической культурой и спортом включены в общую структуру мотивационно-потребностной сферы, которая, в свою очередь, является существенной частью мировоззрения личности. Российский ученый В.К. Макаренко утверждает, что в физической культуре и спорте под мотивацией принято понимать процесс, в результате которого определенная деятельность приобретает для индивида известный личностный смысл, создает устойчивость его интереса к ней и превращает внешне заданные цели его деятельности во внутренние потребности личности [2]. На наш взгляд, данное утверждение может быть дополнено такой детерминантой как взросление. Ибо, общеизвестным является тот факт, что содержание и структура мотивации существенно изменяется по мере взросления ребенка. Факторы, обуславливающие мотивационный процесс можно разделить на внешние и внутренние. В ходе нашего исследования нас интересуют непосредственно внутренние факторы.

Для определения понятия также обратимся к В.К. Макаренко: «Внутренние факторы – это желания, влечения, интересы и убеждения, которые выражают потребности, связанные с личностью субъекта деятельности» [2]. Внутренняя мотивация обусловлена следующими

категориями: ценности, установки, убеждения. Таким образом, для формирования внутренней мотивации, способствующей занятиям физической культурой, мы должны, прежде всего, определить приоритеты в системе ценностей.

Для изучения основных факторов, которые оказывают влияние на внутреннюю мотивацию людей, мы провели исследование. Референтной группой стали студенты 3-го курса Белорусского государственного университета культуры и искусств. Было опрошено порядка 75 человек. По результатам мы выявили факторы, которые мотивируют студентов заниматься физической культурой и спортом. Методом социологического исследования было выбрано анкетирование (см. Приложение 1). Результаты опроса отображены на диаграмме (Рисунок 1).

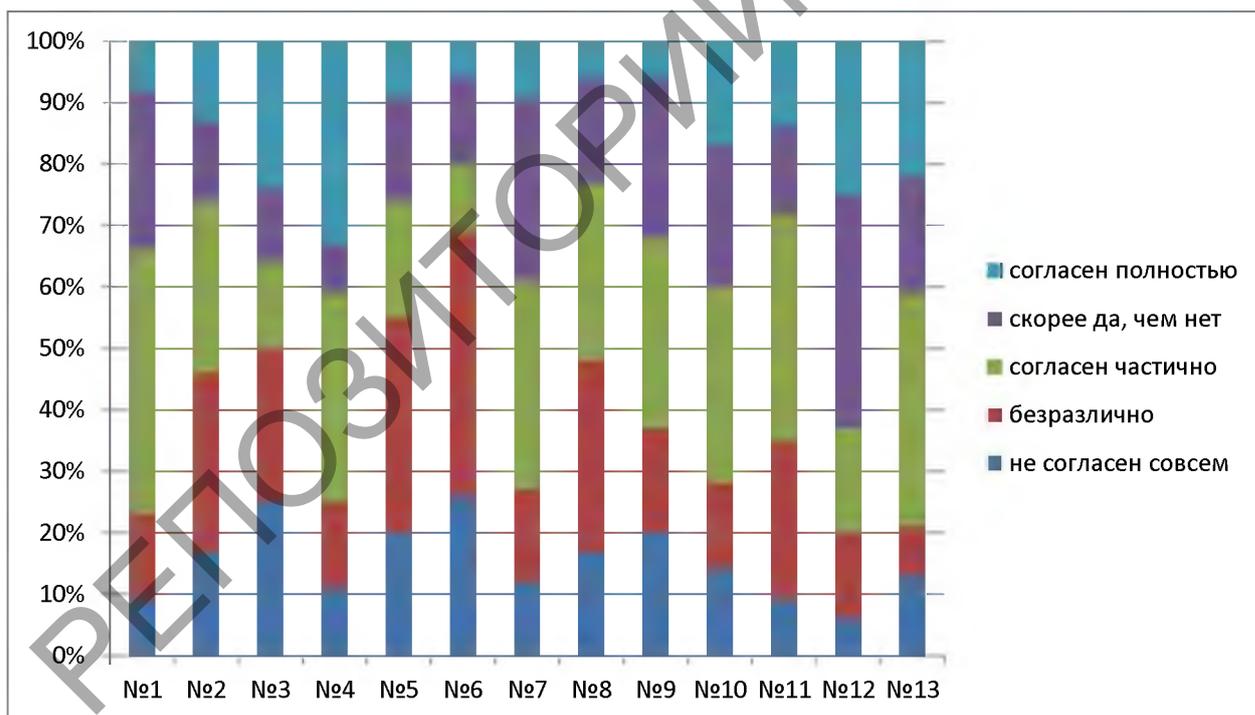


Рисунок 1 – Результаты анкетирования в виде диаграммы

Анализируя диаграммы, мы можем определить основные внутренние мотивы студентов. Большинство положительных оценок получили утверждения №1, №4, №7, №10, №11, №12, №13. Причем наибольшее количество абсолютных оценок получило утверждение №4. Из чего мы

можем сделать следующие выводы. Среди основных внутренних мотивов, способствующих занятиям физической культурой и спортом, у студентов третьего курса ФК СКД преобладают социальные мотивы, удовлетворение потребности в коммуникации. Также большинство респондентов отметило гедонистическую подоплеку и стремление оставаться бодрым и веселым. Большой процент согласия получило утверждение о том, физические упражнения способствуют укреплению мышц, стройности тела и здоровью.

Таким образом, мы можем определить следующую закономерность: основные внутренние мотивационные рычаги формируются на основе ценностных ориентаций. Согласно проведенному исследованию, основные мотивы студентов базируются на таких аксиологических составляющих как общение, здоровье и красота.

---

1. Ильин, Е.П. Мотивация и мотивы / Е.П. Ильин. – СПб. : Питер, 2000. – 508 с.

2. Макаренко, В.К. Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом / В.К. Макаренко // Известия ПГУ им. В.Г. Белинского. – 2008. – №10. – С. 140–143.

3. Ребрин, Ю.И. Управление качеством: учебное пособие / Ю.И. Ребрин. – Таганрог, 2004. – 386 с.

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Студентам было предложено анонимно оценить предложенные утверждения.

«1» – не согласен совсем;

«2» – мне безразлично;

«3» – согласен частично;

«4» – скорее да, чем нет;

«5» – согласен полностью

	<b>УТВЕРЖДЕНИЕ</b>	<b>ОЦЕНКА</b>
	Я всегда нахожу возможность заниматься физкультурой, потому что движение доставляет мне радость	
	В любых обстоятельствах я стараюсь регулярно заниматься физической культурой	
	Занятия физкультурой и спортом мне нужны для того, чтобы в дальнейшем использовать эти знания, навыки и умения в жизни	
	В спортивной секции (тренажерном зале, фитнес-клубе...) есть все условия для общения с интересными людьми	
	Участвуя в физкультурно-спортивных мероприятиях и соревнованиях, я стремлюсь стать победителем	
	Мне нравятся физкультурно-спортивные праздники и соревнования, связанные с борьбой и соперничеством	
	Я получаю удовольствие от занятий физкультурой и спортом	
	Я хочу заниматься физическими упражнениями и спортом, потому что это модно и престижно	
	Самостоятельные занятия физическими упражнениями уже стали моей привычкой	
0	Занятия физическими упражнениями мне приятны, улучшают мое настроение и самочувствие.	
1	Благодаря регулярным тренировкам, я воспитываю в себе дисциплину и силу воли	

2	Мне хочется заниматься физическими упражнениями, чтобы научиться красиво двигаться, иметь стройную фигуру и сильные мышцы, крепкое здоровье	
3	Физкультура, спорт, подвижные игры на досуге помогают мне оставаться радостным, бодрым и веселым.	

**Джеранова А.В., Мосейкова Т.М.,**

студ. 102 б гр.

Научный руководитель – Мармыш Т.М.

## **СОЦИОКУЛЬТУРНАЯ ФУНКЦИЯ СОВРЕМЕННОГО МУЗЕЯ**

Музей как объект исследования представляет собой большой интерес. В данной связи возникло множество определений музея, в контексте которых музей приобретает характеристики довольно широкого диапазона – от учреждения, занимающегося сбором, изучением, хранением и экспонированием предметов-памятников истории, материальной и духовной культуры, естественно-научных коллекций и ведущее культурно-просветительную работу [6] до одной из многочисленных форм предметного бытия культуры [10]. Согласно Уставу Международного совета музеев (ИКОМ) музей – это доступное широкой публике постоянное некоммерческое учреждение, призванное служить обществу и способствовать его развитию, занимающееся приобретением, хранением, исследованием, популяризацией и экспонированием материальных свидетельств о человеке и его среде обитания в образовательных и научных целях, а также для удовлетворения духовных потребностей [8].