

УДК 796.011.2

<https://doi.org/10.36906/KSP-2022/19>

Лазарев И.В.

ORCID: 0000-0002-4344-0650, канд. пед. наук

Акимова Е.М.

ORCID: 0000-0003-0837-8879

Российский государственный гуманитарный университет

г. Москва, Россия

ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ОКРАСКА МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ ПРИ НАЛИЧИИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Аннотация. Проведение спортивно-оздоровительных мероприятий во многих учебных учреждениях высшего образования может оказывать стимулирующее влияние на развитие физической культуры студентов. Степень этого влияния определяется множеством факторов: частота соревновательной деятельности, доступность соревновательных видов, интерес занимающихся к соревнованиям в разных видах спорта, эмоциональная оценка соревнований. Для определения заинтересованности первокурсников в занятиях физической культурой и спортом, и желанием участвовать в соревнованиях было проведено анкетирование среди студентов. В анкете были вопросы для определения эмоций и заинтересованности к занятиям физической культурой и спортом и участия в соревнованиях. Анкетирование проводилось до и после проведения ежегодных межфакультетских соревнований в университете.

Ключевые слова: мотивация; соревновательная деятельность; физическая культура; эмоциональная сфера; студенты.

Lazarev I.V.

ORCID: 0000-0002-4344-0650, Ph.D.

Akimova E.M.

ORCID: 0000-0003-0837-8879

Russian State University for the Humanities

Moscow, Russia

EMOTIONAL COLORING OF MOTIVATION FOR PHYSICAL EDUCATION IN THE PRESENCE OF COMPETITIVE ACTIVITY

Abstract. Carrying out sports and recreation activities in many educational institutions of higher education can have a stimulating effect on the development of physical culture of students. The degree of this influence is determined by many factors: the frequency of competitive activity, the availability of competitive sports, the interest of those involved in competitions in different sports,

the emotional assessment of competitions. To determine the interest of first-year students in physical education and sports and the desire to participate in competitions, we conducted a survey among students. In the questionnaire there were questions to determine emotions and interest in physical culture and sports and participation in competitions. The survey was conducted before and after the annual inter-faculty competitions at the university.

Keywords: motivation, competitive activity, physical culture, emotional sphere, students.

Дефицит двигательной активности приводит к ухудшению состояния здоровья студентов, это усугубилось после проведения обучения с применением дистанционных технологий во время ограничений с целью предупреждения распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19). Для укрепления и поддержания здоровья необходимо повысить двигательную активность студентов и формировать у всех обучающихся потребность к самостоятельным занятиям физической культурой и спортом. При формировании такой потребности требуется повысить мотивацию к занятиям физической культурой и спортом. Эмоциональные переживания во время двигательной деятельности могут оказать как положительное, так и отрицательное влияние на физиологические процессы и поведение человека [1; 4]. Цель работы определить влияние соревновательной деятельности на мотивацию и к занятиям физической культурой и спортом и оценить степень эмоционального влияния на мотивацию.

Известно, что проведение спортивно-оздоровительных мероприятий в многих учебных учреждениях высшего образования может оказывать стимулирующее влияние на развитие физической культуры студентов [2; 3]. Степень этого влияния определяется множеством факторов: частота соревновательной деятельности, доступность соревновательных видов, интерес занимающихся к соревнованиям в разных видах спорта, эмоциональная оценка соревнований. Студенты начинают систематически заниматься спортом, чтобы достичь каких-то результатов для себя или стремятся стать членами сборных команд университетов и институтов и защищать честь своих университетов на спортивной арене студенческих соревнований.

Одно из основных спортивно-оздоровительных мероприятий в Российском государственном гуманитарном университете «Фестиваль спорта РГГУ», который стал традиционным спортивным мероприятием в университете, ежегодно увеличивая число видов соревнований по разным видам спорта и адаптируя их к аудитории студентов - гуманитариев, привлекая тем большее количество участников. Основным критерием включения в программу «Фестиваля спорта РГГУ» как игровых, так и индивидуальных видов спорта является доступность для большинства занимающихся.

Для определения заинтересованности первокурсников в занятиях физической культурой и спортом и желанием участвовать в соревнованиях было проведено анкетирование среди 136 студентов. В анкете были вопросы для определения эмоций и заинтересованности к занятиям физической культурой и спортом и участия в соревнованиях. Анкетирование проводилось до

и после проведения ежегодных межфакультетских соревнований в университете «Фестиваль спорта РГГУ». Студентам предлагалось ответить на вопросы анкеты после непосредственно после занятия по физической культуре, при этом учебно-тренировочная нагрузка для всех студентов была эквивалентная. Кроме того проводились педагогические наблюдения за студентами с целью субъективной оценки эмоционального состояния. Сопоставление результатов анкетирования и педагогических наблюдений позволило снизить латентность недобросовестных необъективных ответов студентов.

Большая часть студентов, в количестве 41%, испытывала нейтральное эмоциональное состояние во время занятий физической культурой (рис. 1). Положительное эмоциональное состояние в 1,8 раза превышает негативное во время занятий физической культурой.

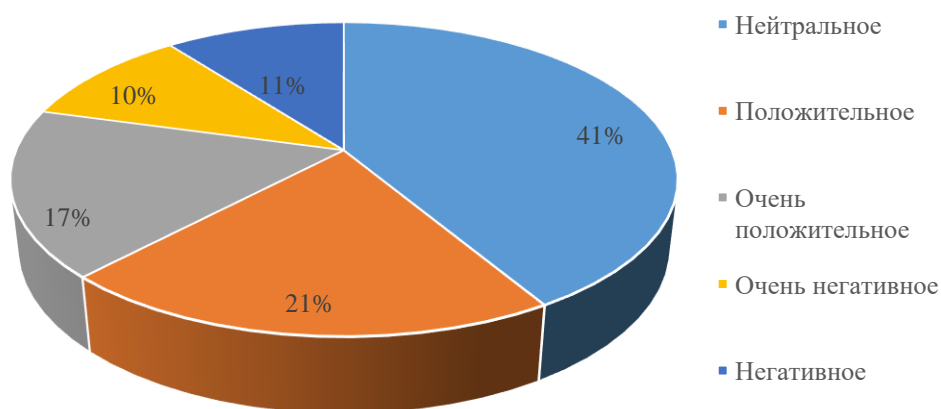


Рис. 1. Эмоциональное состояние студентов на занятиях по физической культуре до участия в соревнованиях

Перед проведением результаты по анкетированию выявили, что у опрошенных первокурсников складывалось положительное отношение к занятиям физической культурой, отмечалось, что студенты испытывают положительные эмоции во время занятий. Однако упражнения, которые выполняют на занятиях физической культурой. Занимающимся в равной степени как нравились, так и не нравились, но большая часть из всех чувствовала снижение уровня стресса и положительное влияние занятий на физическое состояние после соответствующих упражнений.

Определилось, что влияние физической культуры на эмоциональное состояние опрошенных было двояким: в большей мере присутствовали оценки влияния «очень положительно» и «хорошо», но также и были оценки влияния «резко негативно» и «плохо». Отношение опрошенных студентов к соревновательным видам спорта до проведения «Фестиваля спорта РГГУ» в большей степени отмечалось как нейтральное.

До проведения соревнований «Фестиваль спорта РГГУ» только пятая часть студентов испытывала положительные эмоциональные ощущения соревновательной деятельности на физическую активность. Остальные студенты практически не увидели взаимосвязи между

соревновательной и двигательной деятельностью, то есть 37% студентов не ощутили положительных эмоций влияния соревновательной деятельности на физическую активность, а 42% студентов испытывали нейтральные эмоции во время двигательной деятельности (рис. 2). Повторное анкетирование проводилось среди тех же студентов после проведения соревнований «Фестиваль спорта РГГУ».

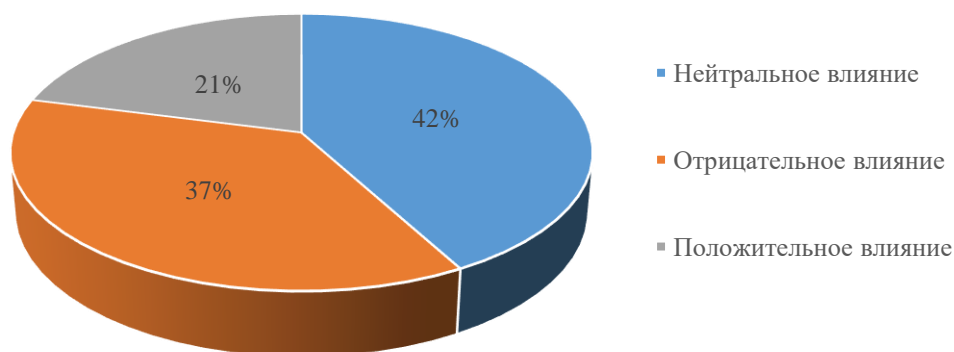


Рис. 2. Эмоциональные ощущения влияния соревновательной деятельности на физическую активность до участия в соревнованиях

Большая часть студентов, в количестве 59%, испытывала уже положительное, а не нейтральное эмоциональное состояние во время занятий физической культурой, при этом доля нейтрального эмоционального состояния сократилась на 11%, до 31% (рис. 3). Положительное эмоциональное состояние почти в 6 раз стала превышать негативное эмоциональное во время занятий физической культурой. При этом доля негативного эмоционального состояния уменьшилась в два раза.

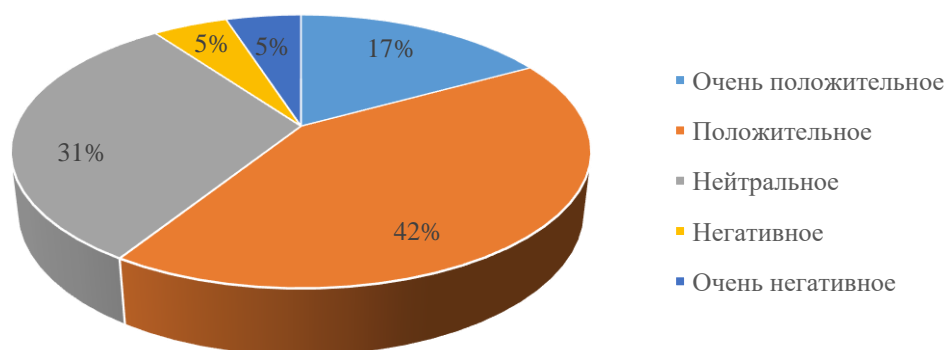


Рис. 3. Эмоциональное состояние студентов после участия в соревнованиях

У опрошенных студентов повысилось положительное отношение к предстоящим занятиям по физической культуре, при этом эмоции во время занятий также увеличились в сторону положительной и очень положительной оценок. При этом отношение к упражнениям,

которые необходимо выполнять на уроках физической культуры сместилось к нейтральной оценке, но и отрицательной оценки стало больше по сравнению с положительной, которая была до «Фестиваля спорта РГГУ». Положительная оценка снижения уровня стресса после занятий физической культурой уменьшилась, также уменьшилась положительная оценка влияния занятий физической культуры на физическое состояние. Нейтральное и положительное отношение опрошенных студентов к соревновательным видам увеличилось, при этом большее количество студентов отметили, что любят или испытывают симпатию к соревновательным видам деятельности и меньшее количество показали негативную оценку. Эмоции, которые студенты испытывают после участия в соревновательных мероприятиях в большей степени положительные, нейтральных и негативных оценок стало меньше.

После проведения соревнований «Фестиваль спорта РГГУ» уже почти две трети студентов испытывали положительные эмоциональные ощущения соревновательной деятельности на физическую активность, то есть увеличилась в три раза. Доля студентов, которые практически не увидели взаимосвязи между соревновательной и двигательной деятельностью уменьшилась на 13% до 24% (рис. 4). Доля студентов испытывали нейтральные эмоции во время двигательной деятельности уменьшилась в три раза.

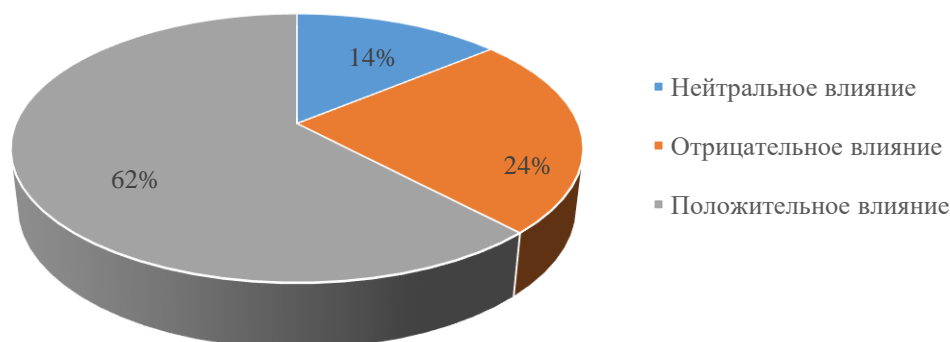


Рис. 4. Эмоциональные ощущения влияния соревновательной деятельности на физическую активность после участия в соревнованиях

В общем и целом, можно отметить, что после проведения соревнований количество положительных оценок и приятных эмоциональных переживаний, связанных с соревновательными видами спорта, увеличилось. При этом положительное отношение к занятиям физической культуры положительные эмоции во время их проведения также увеличились. Однако, удовлетворенность от выполнения физических упражнений на занятиях физической культуры снизилась. Этот факт предположительно можно связать с тем, что на регулярных занятиях по физической культуре студенты имеют сниженный интерес и в последствии сниженную мотивацию к деятельности по сравнению с соревновательной деятельностью. В свою очередь, снижение положительной оценки влияния занятий физической культурой на физическое состояние можно предположительно связать с

неудовлетворительными результатами на соревнованиях, которые они показали на соревнованиях.

Привлекая обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, следует осуществлять применяя результативную систему соревновательной деятельности на учебных и внеучебных занятиях физической культурой и спортом. Разработанная система соревнований и соревновательной деятельности должна быть адаптирована для обучающихся всех групп здоровья и физической подготовленности. Тогда такие соревнования будут способствовать у большинства обучающихся формированию потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом. Соревновательная деятельность должна быть подготовлена для всех обучающихся, разнообразна и разработана с учетом уровня физической подготовленности, пола, возраста и особенностей здоровья.

Литература

1. Бабушкин Г.Д., Смоленцева В.Н. Психология физической культуры и спорта. Омск: СибГУФК, 2007. 270 с.
2. Бобков В.В, Рыжкова Л.Г., Лазарев И.В., Татарова С.Ю. Формирование физкультурно-спортивной среды вуза как условие регулярного участия студентов и преподавателей VI -XI ступени в выполнении нормативов ВФ СК ГТО // Теория и практика физической культуры. 2022. № 9. С. 104-106.
3. Зинченко Ю.П., Тоневицкий А.Г. Психология спорта. М.: МГУ, 2011. 424 с.
4. Нестерюк А.А., Пащенко Л.Г. Активизация соревновательной деятельности студентов путем совершенствования системы массового студенческого спорта в вузе // Проблемы совершенствования физической культуры, спорта и олимпизма. 2018. № 1. С. 79-84.

© Лазарев И.В., Акимова Е.М., 2022