

на занятиях физической культурой специально подобранных для них упражнений, направленных на работу опорно-двигательного аппарата, вскоре будет видна динамика развития функций организма студентов.

Студенты, которые имеют заболевания опорно-двигательного аппарата такими, как сколиоз, артрит, артроз, плоскостопие, остеохондроз и др., занимаются по методике с применением основных элементов лечебной физической культуры и индивидуальным подходом к каждому. Для занятий в этой группе специально подобран комплекс упражнений, который направлен на укрепление, развитие подвижности и активность двигательных функций организма [2].

Таким образом, в результате проведенного исследования можно утверждать, что при использовании физических упражнений появляется положительная динамика в развитии организма студентов, улучшается двигательная активность.

Список использованной литературы

1. Трущенко, В. В. Основы здорового образа жизни: учеб. пособие. / В. В. Трущенко, В. В. Изман, И. М. Ольшанко. – Витебск : УО ВГУ им. П. М. Машерова. – 2006. – 7 с.
2. Епифанов, В. А. Лечебная физическая культура и спортивная медицина : учеб. / В. А. Епифанов. – М. : Медицина, 1999. – 304 с.

ДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫЕ ПОДХОДЫ К ФОРМИРОВАНИЮ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Козлова Юлия (УО МГПУ им. И. П. Шамякина, Беларусь)

Научный руководитель – И. М. Масло, канд. пед. наук, доцент

Рассматривая процесс развития мотивации студентов к занятиям физической культурой, можно отметить, что: во-первых, сама эволюция развития человека связана с его физическим совершенством; во-вторых, сущность любого человека и студента, в частности, в стремлении достичь гармонического сочетания физических и умственных качеств. В его гармонии с прекрасным – гармонии тела и духа, что невозможно добиться без физической культуры.

Пр устойчивых мотивов к занятиям физической культурой и спортом, у студентов формируются иные потребности, зачастую связанные с нездоровым образом жизни, и тем самым утрачивается его полноценный смысл человеческого существования быть достойным членом общества и необходимым для этого общества. В этих условиях актуализируется необходимость развития мотивации студентов в процессе занятий физической культурой в любые учреждения образования, а в учреждениях высшего образования разрешение данной проблемы особенно необходимо.

Цель исследования – разработка научно-методических положений развития мотивации и повышения мотивационной активности студентов к занятиям физической культурой.

С целью выявления проблем мотивации студентов к занятиям физической культурой были проведены эмпирические исследования, в которых приняли участие девушки с 1 по 3 курс (n=125).

В процессе анализа уровня мотивации студентов установлено, что причиной возникновения психологических факторов торможения развития мотивации студенческой молодежи, прежде всего, является нарушение принципа систематичности в процессе физического воспитания в УВО, то есть оптимального распределения нагрузки и отдыха в течение учебного года, вследствие чего в организме возникают негативные изменения, что влияет на психическое состояние студента и снижает эффект физического развития.

В результате определено, что в целом уровень мотивации студентов-девушек к занятиям физической культурой можно считать высоким, но выявлены проблемы, которые этот уровень снижают, а именно: низкий уровень потребности к укреплению здоровья; отсутствие потребности у большей части студентов к подготовке себя к практической деятельности; наличие у отдельных студентов вредных привычек, отрицательно влияющих не только на их показатели в уровне физического развития, но и на общую успеваемость, что вызвано проявлением синдрома эмоционального выгорания.

Анализ уровня мотивации студентов к занятиям физической культурой позволил выявить проблемы и большинство развития мотивации связано с негативным воздействием на психику студентов социальных факторов мезосреды, которые становятся факторами торможения развития физического воспитания студентов.

РАЗВИТИЕ МОТИВАЦИИ К ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Ляшенко Ирина (УО МГПУ им. И. П. Шамякина, Беларусь)

Научный руководитель – С. М. Блоцкий, канд. пед. наук, доцент

Формирование основ здорового жизни у обучающихся является одним из ключевых направлений процесса обучения. Ценность данного вопроса состоит в том, что в приоритетах школьного обучения отмечается необходимость сохранения и поддержания физического, психического и социального благополучия обучающихся детей [2].

Через школу проходит все население, и на данном этапе социализации личности формируется как индивидуальное здоровье, так и здоровье всего общества. Системный и комплексный подходы предполагают, что процесс формирования здорового образа жизни ориентирован, прежде всего, на создание здоровьесберегающей, воспитывающей, социально-защитной среды образовательной организации, на создание системы взаимоотношений в диаде «взрослый – учащийся», способствующих социальному становлению и личностно-творческому развитию обучающихся, формированию основ социальной устойчивости, социальной активности младших школьников.