

## Развитие интереса к физкультурно-спортивной деятельности у студентов

*Развитие интереса к физкультурно-спортивной деятельности в студенческой среде и его роли в формировании профессиональной готовности – чрезвычайно актуальная проблема, связанная с сохранением и укреплением здоровья студентов.*

*Интерес, физкультурно-спортивная деятельность.*

Z.N.Chernyh,  
Shadrinsk

### The development of interest in sports activity among students

*The development of interest in sports activity among students and its role in shaping professional readiness - an extremely topical issue with the preservation and enhancement of students' health.*

**Keywords:** *interest, physical training and sports activity.*

Развитие интереса к физкультурно-спортивной деятельности может являться существенным фактором такого важного процесса как формирование профессионально готовности.

Интерес - (от лат. «Interes» имеет значение важно) социальный, реальная причина социальных действий, событий, свершений, стоящая за непосредственными побуждениями-мотивами, помыслами, идеями, намерениями и т.д., участвующих в этих действиях индивидов социальных групп, классов.

« Если физический мир подчинен закону движения, то мир духовный не менее подчинен закону интереса. На земле интерес есть всесильный волшебник, изменяющий в глазах всех существ вид всякого предмета»

[3, с.326-481].

Интерес – форма проявления познавательной потребности, обеспечивающая направленность личности на осознание целей деятельности и тем самым способствующая ориентировке, ознакомление с новыми фактами, более полному и глубокому отображению действительности. Удовлетворение интереса не ведет к его угасанию, а вызывает новые интересы, отвечающие более высокому уровню познавательной деятельности. Различают непосредственный интерес, вызываемый привлекательностью объекта, и опосредствованный интерес к объекту как средству достижения целей деятельности. Устойчивость интереса выражается в длительности его сохранения и интенсивности. Пробуждение и сохранение интереса у учащихся в учебно-воспитательном процессе способствует его гуманизации и продуктивности [5].

Интересы учащихся к занятиям физической культуры отличаются достаточным разнообразием: стремлением укрепить здоровье, сформировать тело, развить физические и психологические качества (волю и т.д.). Важно отметить, что интересы девочек и мальчиков также отличаются. Девочки чаще желают формировать красивую фигуру, развивать гибкость, совершенствовать изящество движений, походку и т.п. Мальчики, как правило, хотят развивать силу, выносливость, быстроту и ловкость [4].

Физкультурно-спортивные занятия – это процесс, дело, труд, работа над отдельными видами спорта, преимущественно массовыми, или разнообразными физическими упражнениями с целью укрепления здоровья, активного отдыха, снятия нервно-эмоционального напряжения, повышения работоспособности и достижения физического совершенства.

Физкультурно-спортивные занятия – это деятельность, направленная на решение задач физического воспитания путем сочетания спортивных и гимнастических упражнений, игр и туристических мероприятий [6].

На первых курсах студенты ведущее место отводят причине, связанной с усталостью от напряженного учебного труда, что связано с перестройкой их жизненного стереотипа. В то же время это свидетельствует об их слабой образовательной подготовке, отсутствии ясных представлений о возможности снимать усталость от умственного труда средствами физической культуры. По этой же причине, студенты не владеют обратной связью, раскрывающей положительные сдвиги в состоянии здоровья под влиянием систематических занятий физическими упражнениями. Лишь на старших курсах, когда начинают прогрессировать некоторые хронические заболевания, ограничивающие их работоспособность, оценка значимости занятий становится более весомой. [2].

Этапы формирования интереса к физкультурно-спортивной деятельности не следует определять по годам обучения. Это затруднит возможность дифференцировать воспитательные воздействия, усложнит подбор форм стимулирования этой деятельности.

На предварительном этапе необходимо изучить студентов: определить уровень физической подготовленности, состояние здоровья, физкультурно-спортивные интересы, отношение к физическому воспитанию на предшествующем этапе учебы или работы, социально-нравственные качества личности, их желания, стремления, установки. Негативное отношение к физкультурно-спортивной деятельности — это не свойство личности, а результат неправильного воздействия внешних факторов, имевших место в прошлом.

На первом этапе формирование физкультурно-спортивной активности происходит опосредованно — студенты могут не знать цели педагога. При этом важен не столько конечный результат физкультурно-спортивной деятельности, сколько сам процесс его достижения. Декларативные заявления и призывы о необходимости, обязательности и пользе занятий не находят отклика в сознании студентов. Успех в работе может принести лишь соответствующая организация их деятельности на учебных занятиях.

Направленность занятий, их содержание во внеучебное время должны иметь такой характер, чтобы им можно было отдать предпочтение перед другими видами отдыха. Например, для студентов на первый план могут выйти задачи, связанные с восстановлением физических и духовных сил, укреплением здоровья, осанки, эстетики и культуры движений и др.

Отличительной особенностью второго этапа является развитие у студентов физкультурно-спортивных способностей, наличие которых придает деятельности лично значимый смысл. Положительные эмоциональные переживания при этом связаны с осознанием собственных успехов и достижений, удовольствием от самого процесса деятельности. На этом этапе целесообразно уделить внимание таким формам массовых соревнований, в которых участвует вся учебная группа. Движущими силами поведения студентов в этом случае становятся высоконравственные мотивы — долг, честь, ответственность за коллектив, чувство сопереживания, гордости, группового престижа.

Качественное своеобразие третьего этапа заключается в осознании общественной значимости физкультурно-спортивной деятельности, когда ее личностный смысл переживается студентами как адекватный общественному. В этот период на занятиях студенты наиболее активны, проявляют инициативу, ставят перед собой более высокие цели и добиваются их. Этому способствует увеличивающийся объем знаний, расширенный диапазон двигательных умений и навыков и качество владения ими.

Если на первом этапе происходит опосредованное формирование потребности в физкультурно-спортивной деятельности, то на третьем этапе этот процесс возможен

лишь через доверительное общение педагога со студентами, при котором обе стороны осознают цели совместной деятельности и способствуют их достижению.

На всех этапах принципиально важно фиксировать и раскрывать связь физкультурно-спортивной деятельности с профессиональной подготовкой специалистов. С формированием положительного представления о значении этой деятельности для будущей профессии увеличивается время на активные самостоятельные занятия студентов, усиливается ориентация на физкультурно-спортивную деятельность как на средство достижения цели в профессиональной подготовке [1].

В формировании готовности к профессиональной деятельности ведущим является знание о побудительных силах творческой деятельности, а также выявление природной взаимообусловленности психической и двигательной сферы человека, единства развития организма и личности.

Сущность же человека, личности предполагает единство его биологической, психологической и социальной природы. В древнегреческом языке слово «персона» означало маску, используемую актером для того, чтобы скрыть свою индивидуальность. Сейчас это относится к тому, что скрывается за маской, к тому, что человек стал бы делать, если бы открылись благоприятные возможности.

Будучи одной из социальных ценностей, физическая культура является как процессом специфической деятельности людей, так и ее результатом, отражающим уровень развитости не только личности, но и общества в целом.

Таким образом, механизм возникновения интереса к физкультурно-спортивной деятельности представляет собой проявление у субъекта ряда психических процессов в отношении к этой профессии.

В развитии интереса у студентов и молодых специалистов вскрыт механизм пуска, импульсом которого являются результаты выполняемой ими деятельности. В основе механизма лежат положительные эмоции, возникающие у субъекта при положительной оценке его деятельности. Отрицательная оценка также может давать результаты. Однако необходимым условием для этого является то, чтобы выполняемая им деятельность была для него значимой и имела личностный смысл.

На вузовском этапе развития интереса происходит накопление мотивационного компонента на мотивы выбора профессии наслаиваются мотивы овладения ею. В результате уже на первом году обучения происходит интенсивное развитие интеллектуального компонента.

Мы можем предположить, что интерес к занятиям физкультурно-спортивной деятельностью окажет свое влияние на профессиональное становление будущего специалиста. На наш взгляд взаимосвязь интереса к физкультурно-спортивной деятельности и жизнедеятельности человека имеет большое значение не только в совершенствовании общей функциональной подготовленности студентов, но и обеспечивает его психофизиологическую подготовленность к будущей профессиональной деятельности.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Бердников, И.Г., Массовая физическая культура в вузе : учеб. пособие / И.Г. Бердников, А.В. Маглеванный, В.Н. Максимова ; под ред. В.А. Маслякова, В.С. Матяжова. – М. : Высшая школа, 1991. – 240 с.
2. Блохина, Т.В. Некоторые инновационные подходы к организации деятельности общеобразовательного учреждения / Т.В. Блохина, Е.М. Дуранов. – Челябинск, 1997. – 52 с.
3. Гельвецкий, К.А. Об уме / К.А. Гельвецкий // Гельвецкий, К.А. Сочинения. В 2 т. Т. 1. – М. : Мысль, 1973. – С. 326-481.
4. Гогун, Е.Н. Психология физического воспитания и спорта : учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений / Е.Н. Гогун, Б.И. Мартыанов. – М. : Академия, 2000. – 288 с.

5. Ковалев, А.Г. Психология : учеб. пособие для ин-тов / А.Г. Ковалев. – М. : Просвещение, 1966. – 451 с.
6. Талызина, Н.Ф. Деятельностный подход к построению модели специалиста / Н.Ф. Талызина // Вестник высшей школы. – 1986. – № 3. – С. 10-14.