

## **МОТИВАЦИОННО-ЦЕННОСТНОЕ ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ КАК ФАКТОР ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

*Курьянова Н.И.*

Белорусский государственный университет физической культуры  
(Минск, Республика Беларусь)

Физическая культура включает в себя знания в области физической культуры, уровень физической подготовленности, мотивационно-ценностные ориентации в сфере физической культуры, а также физкультурно-спортивную деятельность. Внедрение физической культуры в повседневную деятельность человека является одним из основных условий формирования здорового образа жизни. Обеспечение здоровья специалистов, выпускаемых высшей школой, и уменьшение заболеваемости в процессе профессиональной подготовки требуют активного внимания к здоровому образу жизни студентов [1]. Занятия физическими упражнениями и спортом позволяют не только эффективно решать задачи укрепления здоровья и развития физических способностей молодежи, но также выступают в качестве важнейшего средства воспитания.

Стержнем любой деятельности, в том числе и физкультурно-спортивной, является мотивационный компонент. Под мотивацией понимают совокупность стойких мотивов, побуждений, определяющих содержание, направленность и характер деятельности личности и ее поведения [2]. Основу мотивации занятий физической культурой и спортом составляют потребность в движениях, в физическом совершенствовании, в укреплении здоровья. Ценностные аспекты физической культуры включают ценности двигательного характера, мобилизационные ценности и др. Мотивационно-ценностное отношение к занятиям физической культурой и спортом отражает потребности, интересы и мотивы личности, направленные на приобретение ценностей физической культуры и спорта, физического совершенствования и здорового образа жизни.

В связи с этим важное значение имеет изучение структуры мотивационно-ценностной заинтересованности студенческой молодежи в занятиях физической культурой и спортом и поиска путей ее повышения. Для выявления состояния и особенностей мотивации занятий физической культурой и спортом у студентов используются такие инструменты и методы, как анкетирование, тесты, опросники, педагогические наблюдения, беседы и т. д.

Нами проводилось изучение мотивационно-ценностного отношения студентов к занятиям спортом на основе методики А.В. Шаболтас «Мотивы занятий спортом». Эта методика предназначена для выявления доминирующих целей занятий спортом и включает в себя десять мотивов-категорий, соответствующих определенным утверждениям, приведенным в опроснике. Обработка результатов выполнялась на основе средств информационных технологий и методов статистического анализа данных.

Согласно полученным результатам, доминирующими мотивами занятий спортом у студентов являются спортивно-познавательный мотив и мотив достижения успеха в спорте. Несколько меньше, но достаточно хорошо выражены такие мотивы, как мотив физического самоутверждения, гражданско-патриотический мотив, мотив эмоционального удовольствия, социально-моральный мотив. Результаты свидетельствуют о том, что студенты получают удовольствие от занятий спортом, у них есть стремление к физическому развитию и спортивному совершенствованию.

Это является положительным фактором формирования здорового образа жизни студентов, который наряду с занятиями физической культурой и спортом призван помочь студенческой молодежи адаптироваться к условиям профессиональной деятельности, обеспечить высокую работоспособность и творческую активность.

1. Виленский, М. Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента / М. Я. Виленский, А. Г. Горшков. – М.: КНОРУС, 2012. – 240 с.
2. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2011. – 508 с.

## **ПРОГРАММА РАЗВИТИЯ РАВНОВЕСИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ С НАРУШЕНИЯМИ РЕЧИ**

*Лисовский М.К., Радченко О.С.*

Белорусский государственный университет физической культуры  
(Минск, Республика Беларусь)

Развитие равновесия зависит от способности удерживать устойчивое положение тела, заключающееся в устойчивости позы в статических положениях и ее балансировке во время перемещения [1]. Упражнения на координацию движений и в равновесии применяются для тренировки вестибулярного аппарата, при неврологических заболеваниях, нарушениях речи и др. Упражнения выполняются в основных исходных положениях: обычная стойка, стойка на узкой площади опоры, стойка на одной ноге, стойка на носках, стойка с открытыми и закрытыми глазами, с предметами и без них [2].

Исследование проводилось в течение 2 месяцев на базе ГУО «Ясли-сад № 399 г. Минска». Всего в исследовании приняло участие 20 детей с общим нарушением речи, дизартрией. Контрольную (КГ) и экспериментальную группы (ЭГ) составили по 10 детей с нарушением речи.

И контрольная, и экспериментальная группы занимались адаптивной физической культурой согласно программе ясли-сада 2 раза в неделю по 25 мин. С детьми ЭГ 2 раза в неделю по 30 минут проводились дополнительные занятия по адаптивной физической культуре по разработанной коррекционно-раз-