**Кондаков Виктор Леонидович**,

профессор кафедры физического воспитания

Педагогический институт НИУ «БелГУ»

д.п.н, профессор;

(Белгород, Россия)

**Елхина Юлия Дмитриевна**,

студентка второго курса факультета психологии

Педагогический институт НИУ «БелГУ»

(Белгород, Россия)

**ГЕНДЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ В СТРУКТУРЕ МОТИВОВ СТУДЕНТОВ ГУМАНИТАРНЫХ НАПРАВЛЕНИЙ ПОДГОТОВКИ К ВЫБОРУ И ЗАНЯТИЮ ЭЛЕКТИВНЫМИ ДИСЦИПЛИНАМИ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ**

**Аннотация**

Данная статья посвящена проблеме гендерных различий в мотивации выбора и занятий элективными дисциплинами по физической культуре и спорту студентов, занятых обучением в гуманитарных науках.

**Ключевые слова**

Гендерные особенности, мотив, мотивация, физическая культура, спорт.

Многочисленные авторитетные медицинские исследования трактуют необходимость наличия физической активности в жизни современного человека для поддержания должного уровня физического и психического здоровья, однако особенно остро этот вопрос стоит перед студентами, чья основная деятельность – учебная – подразумевает неконтролируемое снижение таковой и сидячий образ. Интенсификация обучения в высших учебных заведениях требует от учащихся высокой работоспособности, а также хорошего самочувствия для реализации научного творчества.

Таким образом, перед педагогами, участвующими в осуществлении физического воспитания, встает задача составления высокопродуктивного плана по достижению поставленных перед соответствующими элективными дисциплинами целей:

1. формирование физической культуры личности;
2. помощь в гармоничном развитии функций организма учащихся;
3. реализация способности направленного использования разнообразных средств физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья;
4. психофизической самоподготовки к учебной и профессиональной деятельности.

Выделение системы мотивов и мотивации спортивной деятельности студентов, являясь прерогативой психологических исследований, делает возможным разработку техник, методик и приёмов по оптимизации работ в направлении физического и спортивного воспитания.

Главной целью данной работы является определение ведущих факторов, влияющих на мотивацию юношей и девушек к занятиям элективными дисциплинами по физической культуре и спорту.

Изучение особенностей комплекса мотивов к занятиям физической культурой у девушек и юношей проводилось на базе Педагогического института НИУ «БелГУ». В исследовании приняли участие 62 студента в возрасте от 17 до 22 лет, из которых 30 девушки и 32 юноши. В качестве методов исследования были использованы:

1. теоретический анализ литературы;
2. анкетирование.

С целью проведения опроса была разработана анкета, включающая в себя 9 вопросов. По результатам её прохождения студентами можно резюмировать следующие выводы:

* 81% опрошенных регулярно посещают занятия;
* 100% опрошенных устраивает частота проведения таковых;
* однако их качество устроило только 75% респондентов;
* 25% недовольных качеством проведения занятий студентов ссылались на несовершенство технического оснащения и несоответствие заявленной физической нагрузки, которая является для них недостаточной;
* общее состояние 92% студентов после занятий становится лучше, и только 8% не наблюдают никаких изменений.

Также, исследование показало, что большинство студентов (81% юношей и 74% девушек) в выборе элективного курса по физической культуре руководствуются собственными интересами и увлечениями. Меньшая часть респондентов (15% юношей и 20% девушек) отдали предпочтение тем курсам, место проведения занятий по которым оказывалось в наиболее удобном месторасположении. Остальные опрошенные принимали своё решение в соответствие с субъективным уровнем полезности для их физического здоровья того или иного вида занятий (4% юношей и 6% девушек).

Изучение личностно мотивационной сферы и структуры мотивов в физкультурно-оздоровительной деятельности студентов позволило выделить внешние и внутренние факторы, которые оказывают влияние на специфику отношения к физическому воспитанию. Стоит отметить и тот факт, что внутренние факторы в меньшей степени зависят от внешних условий и в значительной степени детерминированы гендерными особенностями[2].

По данным нашего исследования, внешними факторами, оказывающими влияние на формирование мотивации студентов к занятиям спортом и физической культурой, являются:

1. желание обладать физическим здоровьем как феномен «социального соответствия»;
2. наличие элективных курсов по интересам;
3. соответствие технического оснащения, оборудования и инвентаря условиям современной спортивной базы;
4. проведение любительских соревнований, спортивно-массовых мероприятий по интересующим студентов видам спорта как возможность демонстрации своих достижений;
5. профессионализм педагогов и тренеров.

Выявление гендерной специфики в мотивах занятий спортом способствует определению соответствующей направленности занятий по элективным дисциплинам. Анализ полученных данных позволил установить, что внутренними мотивами у юношей являются:

1. повышения уровня физического здоровья;
2. гармонизация внешнего облика, улучшение телосложения;
3. повышения уровня физической подготовки;
4. успешная сдача зачёта;
5. нормализация психологического фона, настроения.

У девушек иерархизированная структура мотивов имеет следующий вид:

1. гармонизация внешнего облика, улучшение телосложения;
2. повышение уровня физического здоровья;
3. нормализация психологического фона, настроения;
4. успешная сдача зачёта;
5. повышения уровня физической подготовки.

Исследование также показало, что юноши обладают более широким спектром интересующих их видов спорта, нежели девушки. Для юношей актуальными являются занятия:

1. волейболом;
2. футболом;
3. баскетболом;
4. тяжёлой атлетикой;
5. боевыми искусствами;
6. плаванием;
7. лёгкой атлетикой;
8. экстремальными видами спорта.

Для девушек:

1. фитнес;
2. аэробика;
3. танцы;
4. плавание;
5. стретчинг;
6. йога.

Аналогичные результаты частично были отражены и в других исследованиях[1][3].

Участники исследования в качестве мер, необходимых для улучшения и оптимизации физкультурно-воспитательной работы, выделили следующие:

1. увеличение числа программ элективных дисциплин и внедрение более современных;
2. улучшение технической базы;
3. увеличение количества занятий для посещения;
4. возможность большего варьирования нагрузки для более и менее подготовленных студентов.

Особенности проявления мотивации к занятиям физическими упражнениями у юношей и девушек ложатся в основу дифференциации методических условий проведения занятий по физическому воспитанию. К ним относятся:

1. выбор физических упражнений, которые вызывают интерес у студентов;
2. дозирование физических нагрузок;
3. сообщение теоретических знаний о ЗОЖ и их реализация в практике;
4. применение методов поощрения и порицания;
5. особенности контроля за физической подготовленностью;
6. оценка по физическому воспитанию[2].

Определённая организация занятий по элективным дисциплинам по физической культуре и спорту может способствовать формированию интереса и оптимального уровня мотивации к посещению и работе на таковых, а также поддержанию здорового образа жизни. Установленные различия в структуре комплекса мотивов у юношей и девушек необходимо учитывать при разработке методики физического воспитания, которая определяет содержание и физическую нагрузку на занятиях. Оптимизация процесса физического воспитания может происходить и при вовлечении в физкультурно-оздоровительную деятельность студентов по направленности их интересов и актуальных для них видов спорта.

**Анкета**

1. Укажите свой пол:

* 1. женский;
  2. мужской.

1. Как часто Вы посещаете занятия по элективным дисциплинам?
   1. регулярно;
   2. редко;
   3. не посещаю.
2. Чем Вы руководствовались при выборе направления элективной дисциплины по физической культуре?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
3. С какой целью Вы посещаете эти занятия?
   1. гармонизация внешнего облика, улучшение телосложения;
   2. повышение уровня физического здоровья;
   3. нормализация психологического фона, настроения;
   4. повышения уровня физической подготовки;
   5. другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
4. Устраивается ли Вас частота проведения занятий по элективным дисциплинам?
   1. да;
   2. нет, хотелось бы чаще;
   3. нет, хотелось бы реже;
   4. затрудняюсь ответить.
5. Устраивает ли Вас качество проведения занятий по элективным дисциплинам? Обоснуйте свой ответ. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
6. Как изменяется Ваше общее состояние после посещения данных занятий?
   1. становится лучше;
   2. ухудшается;
   3. не изменяется;
   4. затрудняюсь ответить.
7. Какие виды спорта и/или физической активности привлекают вас больше всего?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
8. Какие меры необходимо предпринять для улучшения качества занятий по элективным дисциплинам? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Список использованных источников:**

1. Безверхняя В. Формирование ценностных ориентаций в процессе физического воспитания студентов / Г. В. Безверхняя, М. И. Маевский // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. - Наук. монография. / Под ред. С. С. Ермакова. – Харьков, 2010. - №1. - С. 10 – 12.
2. Биличенко Е.А. Гендерные аспекты личностно-мотивационной сферы студентов к занятиям физическим воспитанием / Биличенко Е.А. // Физическое воспитание студентов. 2013. – № 6. – С. 8-14.
3. Круцевич Т.Ю. Формирование ценностных категорий личной физической культуры студентов в системе высшего образования / Т.Ю. Круцевич, А.Ю. Марченко // Теория и методика физического воспитания и спорта. - М.: Олимпийская литература, 2009. – № 2. – С. 78 – 81.