

Всероссийское СМИ

«Академия педагогических идей «НОВАЦИЯ»

Свидетельство о регистрации Эл №ФС 77-62011 от 05.06.2015 г.

(выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций)

Сайт: [akademnova.ru](http://akademnova.ru)

e-mail: [akademnova@mail.ru](mailto:akademnova@mail.ru)

*Чикалина В.А. Проблема мотивации молодежи к спорту // Академия педагогических идей «Новация». Серия: Студенческий научный вестник. – 2020. – №3 (март). – АРТ 32-эл. – 0,2 п.л. - URL: <http://akademnova.ru/page/875550>*

**РУБРИКА: ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ**

**УДК 796/799**

**Чикалина Виктория Андреевна**

Студентка 4 курса,

ФГАОУ ВО «Северный (Арктический) федеральный

университет имени М.В. Ломоносова»,

г. Архангельск, Российская Федерация,

e-mail: [ms.chikalina@yandex.ru](mailto:ms.chikalina@yandex.ru)

## **ПРОБЛЕМА МОТИВАЦИИ МОЛОДЕЖИ К СПОРТУ**

*Аннотация:* В статье рассматривается такая проблема, как мотивация молодежи, а именно студентов, к занятиям спортом. Исследуются основные причины данной проблемы и возможные пути решения.

*Ключевые слова:* спорт, мотивация, физическая культура, молодежь.

**Chikalina Victoria**

4th year student,

FSEI of HE «Northern (Arctic) Federal

University named after M.V. Lomonosov»

Arkhangelsk, Russian Federation

Всероссийское СМИ

«Академия педагогических идей «НОВАЦИЯ»

Свидетельство о регистрации Эл №ФС 77-62011 от 05.06.2015 г.

(выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций)

Сайт: [akademnova.ru](http://akademnova.ru)

e-mail: [akademnova@mail.ru](mailto:akademnova@mail.ru)

## THE PROBLEM OF MOTIVATING YOUNG PEOPLE TO SPORT

*Abstract:* The article deals with such a problem as the motivation of young people, namely students, to engage in sports. The main reasons for this problem and possible solutions are investigated.

*Keywords:* sports, motivation, physical culture, young people.

В наши дни спорт является неотъемлемой частью жизни каждого человека, но особенно он важен в юном возрасте, когда организму требуется больше активности. К сожалению, с развитием технологий спорту уделяется все меньше и меньше времени, поэтому сейчас остро стоит проблема мотивации занятий физической культурой и спортом. Занятия спортом полезны для молодежи не только для здоровья, но и для приведения тела в отличную физическую форму и для развития уверенности в себе.

Существует несколько причин отсутствия мотивации к занятиям спортом, например, отношение самого человека к спорту и к его пользе. Положительное отношение к спорту стоит начинать формировать с детства, так как это может серьезно повлиять на жизнь и здоровье ребенка в будущем. К сожалению, в большинстве случаев родители не осознают всю важность спортивных занятий, поэтому особенно важно, чтобы об этом не забывали образовательные учреждения.

Во время студенчества, особенно на начальном этапе обучения, молодежь наиболее уязвима, так как сталкивается со множеством трудностей, связанных с увеличением учебной нагрузкой, непривычной «свободной» студенческой жизнью. Разделим причины, которые оказывают влияние на мотивацию к спорту, на три основные группы:

- причины организационного характера;
- причины методического характера;
- причины личного характера.

На тему данных причин проводится множество исследований. Так, 42% людей как причину организационного характера определяют отсутствие секций по интересам. 41% учащихся в причинах методического характера отмечают различие между предлагаемыми нагрузками и физической подготовленностью. Низкая физическая неподготовленность так же приходится и на личностные причины, здесь её отмечают 37% людей.

Наиболее решаемые первые две группы причин, а вот причины личностного характера может решить только сам человек. Многие исследования показывают, что в наше время занятия спортом становятся все менее привлекательными для студентов и не являются личным интересом.

Слабая мало разнообразная организация физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в вузах чаще приводит к отсутствию мотивации студентов. Решением данной проблемы может быть создание новых организационных форм, методов и средств, которые позволяли бы более эффективно реализовывать занятия физической культурой.

Формирование заинтересованности у студентов в занятиях спортом – это многоступенчатый и долгий процесс, который начинается от развития элементарных гигиенических навыков и заканчивается формированием глубоких знаний по теории физического воспитания. Существенную роль в поднятии мотивации к занятиям спортом играют также личностные качества преподавателя, а именно его умение подобрать подход к каждому ученику. К факторам, влияющим на мотивацию студентов, также можно отнести:

– место в учебно-воспитательном процессе учебного заведения, которое занимает физическое воспитание;

– наличие современного спортивного инвентаря и оборудования для занятий физической культурой;

– наличие различных секций и сборных команд.

Решая проблему отсутствия мотивации у студентов, необходимо разнообразить учебные и секционные занятия, создать на занятиях по физической культуре комфортный психологический режим. Важно разделять программы для девушек и юношей, так как у них различные цели, а именно, для девушек ввести новые и современные фитнес-программы, а для юношей – силовые тренировки на тренажерах. Также следует в начале и конце учебного года осуществлять диагностику и отслеживать прогресс.

В итоге хочется сказать, что занятия физической культурой и спортом полезны не только для отдельного индивида, но и всего общества в целом. Именно с юношеского возраста важно поддерживать и развивать спортивные начинания, правильно организовывать физическую культуру в школах, колледжах и университетах.

#### Список использованной литературы:

1. Мотивация к занятиям физической культурой и спортом у студентов // allbest: Выбери лучшее! URL: [https://revolution.allbest.ru/sport/00559932\\_0.html](https://revolution.allbest.ru/sport/00559932_0.html) (дата обращения: 25.02.2020).
2. Мартын И.А. Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом у студенческой молодежи // Universum: Психология и образование: электрон. научн. журн. 2017. № 6(36). URL: <http://7universum.com/ru/psy/archive/item/4887> (дата обращения: 25.02.2020).

**Всероссийское СМИ**

**«Академия педагогических идей «НОВАЦИЯ»**

Свидетельство о регистрации Эл №ФС 77-62011 от 05.06.2015 г.

(выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций)

**Сайт:** akademnova.ru

**e-mail:** akademnova@mail.ru

3. Морозова Л.В., Загрядская О.В. Проблема мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом: гендерный подход // Управленческое консультирование. 2014. №8 (68). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/problema-motivatsii-studentov-k-zanyatiyam-fizicheskoy-kulturoy-i-sportom-gendernyy-podhod> (дата обращения:25.02.2020).

*Дата поступления в редакцию: 05.03.2020 г.*

*Опубликовано: 05.03.2020 г.*

*© Академия педагогических идей «Новация». Серия «Студенческий научный вестник», электронный журнал, 2020*

*© Чикалина В.А., 2020*