

## Влияние уровня тревожности студентов на мотивацию посещения занятий по физической культуре

Научный руководитель – Тимофеев Алексей Владимирович

*Герасимова Алина Олеговна*

*Студент (специалист)*

Волгоградский государственный медицинский университет, Волгоград, Россия

*E-mail: tsiganovaalina@yandex.ru*

Мотивация к физической культуре является целостной, системно-организованной и личностно-обусловленной характеристикой человека как субъекта деятельности, побуждающей и осознанно направляющей его к систематическим занятиям физическими упражнениями для удовлетворения личностно-значимых потребностей относительно независимо от внешних ситуативных факторов.

О сущности понятия «мотивация» можно заключить, что мотивация к физической культуре и спорту представляет специфическую характеристику направленности личности, определяющую осознанное, устойчивое, активное отношение к деятельности в области физической культуры и спорта для удовлетворения личностно-значимых потребностей [1].

В условиях традиционной практики физического воспитания не наблюдается существенного повышения мотивации студентов к физической культуре, к учебным занятиям по предмету «Физическая культура». В качестве причин сложившейся ситуации выступают: ограниченные возможности удовлетворения индивидуального своеобразия потребностей студентов в области физической культуры и спорта; недостаточная реализация соревновательной мотивации; преимущественная направленность процесса физического воспитания на развитие телесных (внешних) компонентов физической культуры при недостаточном внимании к формированию ее духовных (внутренних) составляющих; недостаточная реализация стимулирующей функции педагогического контроля вследствие несоответствия его содержания цели и задачам физического воспитания, субъективизма, низкой оперативности и слабой дифференциации оценивания учебных достижений студентов [2].

На возникновение, развитие и формирование мотивации к физической культуре и спорту оказывают существенное влияние, с одной стороны, внутренние, природно обусловленные склонности и способности, с другой - ряд внешних факторов, образующих социальную ситуацию развития.

В исследовании приняли участие 24 студента клинической психологии 4 курса, из которых: 1 - освобожденная группа, 14 человек основная группа, 9 - специальная группа.

*Цель:* выявить мотивацию посещения занятий по физической культуре у студентов 4 курса клинической психологии.

*Объект:* мотивация к занятиям физической культуры у студентов 4 курса клинической психологии

*Задачи:*

1. Определить мотивацию к занятиям физической культуры.
2. Установить значимые и не значимые мотивы к занятию по физической культуре.
3. Выявить уровень тревожности у студентов.
4. Влияние мотивации на уровень тревожности.

У всех испытуемых определение показателей мотивации к физической культуре и спорту выявилась с помощью анкеты закрытого типа «Мотивация к физической культуре и

спорту», в которой необходимо было установить важность мотивации к посещению занятий. А также шкала тревоги Спилбергера-Ханина, для определения тревожного состояния у студентов, позволяющая выявить условия и факторы, под действием которых возникает данное состояние, характерологические особенности личности как неуверенность, внушаемость, несамостоятельность [3].

Из общего количества студентов 54 % хотят посещать занятия по физической культуре и 46% опрошенных не хотят посещать занятия.

На основании полученных данных можно сделать вывод о том, что самой важной мотивацией посещения занятий по физической культуры для студентов 4 курса клинической психологии является мотивация получения зачета - 42 % опрошенных студентов. На втором месте по значимости оказалась потребность в двигательной активности - 21 % опрошенных. Мотивация физического развития важна для 9 % опрошенных студентов. Для 8 % студентов важно получение высокой рейтинговой оценки за семестр. Наименее значимыми мотивациями оказались: мотив социального признания (4%), мотив общения (4%), соревновательный мотив (4 %), мотив телесной привлекательности (4 %), мотив наказания со стороны родителей/взрослых, в случае не посещения (4%). И совершенно не важным оказался мотив познавательный - 0%.

Так же была произведена оценка уровня тревожности по методике Спилбергера-Ханина в начале семестра и в конце семестра (во время сессии). На начало семестра уровень тревожности у 59 % опрошенных составил в среднем 28 баллов (низкий уровень тревожности); у 39 % средний уровень тревожности - 37 баллов в среднем по группе; у 2 % повышенный уровень тревожности - 47 баллов. Во время сессии был выявлен высокий уровень тревожности у 87 % студентов, в среднем он составил 49 баллов. У 12 % студентов во время сессии средний уровень тревожности - 44 балла в среднем. И у 1 % опрошенный уровень тревожности составил в среднем по группе 29 баллов, что свидетельствует о низкой тревожности.

Таким образом, тревожность у студентов 4 курса клинической психологии повышается во время сессии, на основании того, что была выявлена наиболее значимая мотивация для студентов - это мотивация получения зачета, можно сделать вывод о том, что тревожность повышается вследствие страха неполучения зачета студентов 4 курса клинической психологии.

### Источники и литература

- 1) Бурцев В.А., Бурцева Е.В., Никоноров В.Т. Экспериментальное исследование мотивов занятий физическими упражнениями у студентов, занимающихся спортом с учетом спортивной квалификации // *Фундаментальные исследования*. 2015. №2. Ч. 2. С. 369-373.
- 2) Драндров Г.Л., Бурцев В.А., Шамгуллин А.З. Характеристика интереса студентов к физической культуре // *Фундаментальные исследования*. 2014. № 3. Ч. 2. С. 383-387.
- 3) Леонов, Н. И. Психология общения : учебное пособие для среднего профессионального образования / Н. И. Леонов. 5-е изд., перераб. и доп. Москва : Издательство Юрайт, 2019. 193 с.
- 4) Райгородский Д. Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2001. 672 с.