

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ имени В.П. АСТАФЬЕВА»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина
Выпускающая кафедра методики преподавания спортивных дисциплин и
национальных видов спорта

АКИНИН ИЛЬЯ АЛЕКСАНДРОВИЧ

МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

**ПРИЕМЫ ПОВЫШЕНИЯ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ
СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ К ЗАНЯТИЯМ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ**

Направление подготовки 44.04.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль)
образовательной программы Педагогическое образование в сфере физической
культуры и спорта

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ:

Заведующий кафедрой
д.п.н., профессор Янова М.Г.

 15.06.23

(дата, подпись)

Руководитель магистерской программы
д.п.н., профессор Завьялов Д.А.

 13.06.23

(дата, подпись)

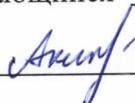
Научный руководитель
к.п.н., доцент Тимошенко Ю.А.

 13.06.2023

(дата, подпись)

Обучающийся Акинин И.А.

(фамилия, инициалы)

 13.06.23

(дата, подпись)

Красноярск 2023

РЕФЕРАТ

Диссертация объемом 71 страниц, включающая в себя 25 иллюстраций, 7 таблиц, 50 литературных источников.

Объект – образовательный процесс физической культуры студентов среднего профессионального образования.

Предмет – успеваемость студентов среднего профессионального образования по предмету «Физическая культура».

Цель – подобрать и использовать приемы мотивации к занятиям физической культурой студентов среднего профессионального образования.

Гипотеза. Предполагается, что применение подобранных нами приемов повышения мотивации в образовательном процессе студентов среднего профессионального образования будет способствовать повышению интереса к занятиям по физической культуре, увеличению частоты посещаемости занятий ФК, повышению успеваемости обучающихся.

Методы исследования:

- анализ литературных источников;
- анкетирование;
- педагогическое наблюдение;
- педагогический эксперимент;
- статистическая обработка результатов.

Научная новизна: подбор и применение наиболее эффективных приемов повышения мотивации студентов среднего профессионального образования к занятиям физической культурой.

Практическая значимость: результаты исследований дают нам возможность рекомендовать использованные приёмы для преподавателей физической культуры с целью применения в своей работе.

Экспериментальная база: КГБОУ «Красноярский политехнический техникум», город Красноярск.

REPORT

The dissertation is 71 pages long, including 25 illustrations, 7 tables, 50 literary sources.

Object – the educational process of physical culture of students of secondary vocational education.

Subject – academic performance of students of secondary vocational education in the subject "Physical culture".

Purpose – to select and use methods of motivation for physical education students of secondary vocational education.

Hypothesis. It is assumed that the use of the methods selected by us to increase motivation in the educational process of students of secondary vocational education will contribute to increasing interest in physical education classes, increasing the frequency of attendance at FC classes, improving student academic performance.

Research methods:

- analysis of literary sources;
- survey;
- pedagogical supervision;
- pedagogical experiment;
- statistical processing of the results.

Scientific novelty: selection and application of the most effective methods to increase the motivation of students of secondary vocational education for physical education.

Practical significance: the results of the research give us the opportunity to recommend the techniques used for physical education teachers to apply in their work.

Experimental base: KGBOU «Krasnoyarsk Polytechnic College», Krasnoyarsk city.

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА 1. ЛИТЕРАТУРНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ.....	8
1.1. Физическая культура в образовательных организациях среднего профессионального образования	9
1.2. Мотивация к занятиям физической культурой в среднем профессиональном образовании	16
1.3. Приемы повышения мотивации.....	21
ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЙ.....	28
2.1. Организация исследований.....	28
2.2. Методы исследований.....	29
ГЛАВА 3. ПРАКТИЧЕСКОЕ ПРИМЕНЕНИЕ ПРИЁМОВ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ.....	31
3.1. Выявление уровня мотивации студентов среднего профессионального образования к занятиям физической культурой.....	31
3.2. Анализ образовательного процесса по физической культуре в среднем профессиональном образовании и подбор приёмов мотивации.....	42
3.3. Повышение уровня мотивации студентов среднего профессионального образования к занятиям физической культурой с использованием приёмов мотивации в образовательном процессе.....	47

ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	58
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК.....	60
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	67

ВВЕДЕНИЕ

Социальная жизнь, развиваясь, предъявляет все более высокие требования к личности молодых людей, заканчивающих средние профессиональные учебные заведения. Общество нуждается в способных к конкуренции специалистах – умеющих быстро находить решения сложных задач, связанных с их профессией, в условиях экономики, которые постоянно меняются.

Важным составляющим сохранения здоровья обучающихся является физическая активность. Она влияет на деятельность, ценностные ориентации поведения, физическое, психологическое, социальное состояние общества в целом [1].

Однако условия сегодняшней жизни сильно влияют на физическую активность молодежи, в том числе и студентов среднего профессионального образования, что сказывается на понижении их физического развития и подготовленности. Приобщая студентов к самостоятельным занятиям физической культурой, прививая им тягу к регулярным занятиям, учебное заведение способствует физическому и профессиональному усовершенствованию будущих специалистов [2]. В процессе приобщения студентов к физической культуре возникает очередная проблема, которая заключается в слабой заинтересованности к посещению занятий физической культурой [3].

Государственным образовательным стандартом учебная дисциплина «Физическая культура» включена в состав обязательных гуманитарных дисциплин. Основная задача данной дисциплины сводится к тому, чтобы сформировать у студентов знания о жизнедеятельности человека, о его здоровье и здоровом образе жизни, научить владеть аспектами практических умений и навыков, которые обеспечивают укрепление и сохранение здоровья, формирование и улучшение психофизических способностей и качеств личности.

Одним из главных составляющих успешного выполнения физкультурно-спортивной деятельности является мотивация.

Мотивация к физической деятельности – особое состояние личности, направленное на достижение оптимального уровня физической подготовленности и работоспособности. Процесс формирования интереса к занятиям физической культурой и спортом – это многоступенчатый процесс: от первых простейших гигиенических знаний и навыков до глубоких психофизиологических знаний теории и методики физического воспитания и интенсивных занятий спортом [3].

Актуальность темы заключается в том, что современный мир возлагает высокие требования к каждому специалисту, такие как разносторонность, многозадачность, высокая работоспособность и в этих условиях физическое развитие и знания в области физической культурой являются обязательной компетенцией, для поддержания достойного уровня жизни. Но из-за низкой мотивации, будущие специалисты не всегда соответствуют данным требованиям.

Для государства и его образовательных учреждений очень важно выпускать только высококвалифицированных специалистов, готовых к полноценной трудовой деятельности. Грамотный подход к организации образовательного процесса является ключевым фактором обучения и воспитания высококвалифицированных специалистов. Мотивационный аспект на занятиях, в свою очередь, является важным компонентом образовательного процесса, способствующий улучшению качества образования и надлежащему выполнению государственного заказа.

Цель – повысить успеваемость на занятиях по физической культуре студентов среднего профессионального образования путем применения приемов мотивации.

Объект – образовательный процесс физической культуры студентов среднего профессионального образования.

Предмет – успеваемость студентов среднего профессионального образования по предмету «Физическая культура».

Гипотеза. Предполагается, что применение подобранных нами приемов повышения мотивации в образовательном процессе студентов среднего профессионального образования будет способствовать повышению интереса к занятиям по физической культуре, увеличению частоты посещаемости занятий ФК, повышению успеваемости обучающихся.

Задачи:

– изучить и проанализировать научно-методическую литературу, существующие приёмы повышения мотивации, а также практический опыт по проблеме исследования;

– выявить уровень мотивации обучающихся среднего профессионального образования к посещению занятий физической культурой, с помощью анкетирования и педагогического наблюдения;

– подобрать приёмы, направленные на повышения уровня мотивации обучающихся;

– проверить эффективность подобранных приёмов экспериментальным путем.

Научная новизна: подбор и применение наиболее эффективных приемов повышения мотивации студентов среднего профессионального образования к занятиям физической культурой.

Методы исследования:

– анализ литературных источников;

– анкетирование;

– педагогическое наблюдение;

– педагогический эксперимент;

– статистическая обработка результатов.

Практическая значимость: результаты исследований дают возможность повысить уровень мотивации студентов среднего профессионального образования к занятиям физической культурой, и могут быть рекомендованы для практического применения преподавателям физической культуры в своей работе.

Экспериментальная база: Красноярский политехнический техникум, город Красноярск.

ГЛАВА 1. ЛИТЕРАТУРНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

По теме диссертации было выбрано и проанализировано 50 литературных источников. Источники разбиты на три группы вопросов (рис.1).

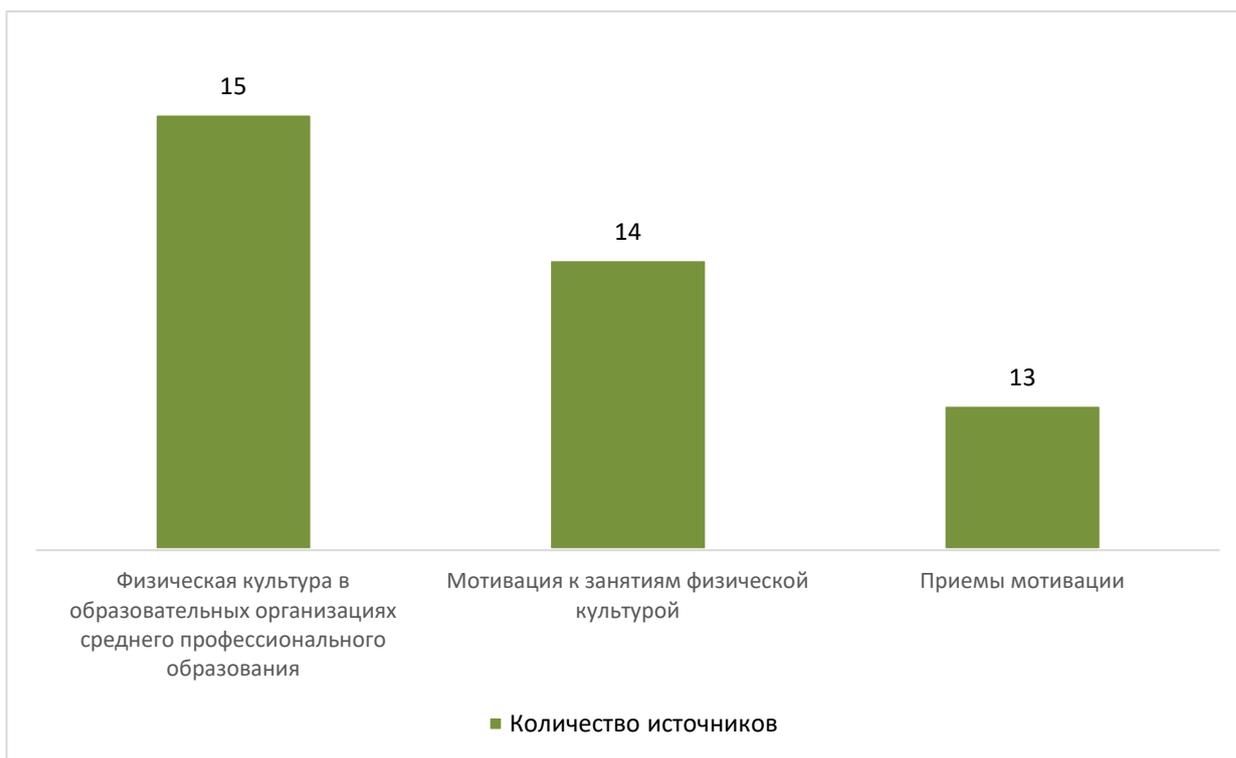


Рисунок 1 – Распределение литературных источников по вопросам

Больше всего источников было набрано по вопросу «Физическая культура в образовательных организациях среднего профессионального образования» - 15. Информация по мотивациям к занятиям физической культурой представляет 14 литературных источников. Наименее освещенным оказался вопрос «Приемы мотивации» - 13.

1.1 Физическая культура в образовательных организациях среднего профессионального образования

Профессиональная образовательная организация – образовательная организация, осуществляющая в качестве основной цели ее деятельности образовательную деятельность по образовательным программам среднего профессионального образования и (или) по программам профессионального обучения [4,5,6].

Физическая культура – обязательная общеобразовательная учебная дисциплина для всех специальностей в образовательных организациях среднего профессионального образования. Она является основной формой физического воспитания студентов [7].

Физическое воспитание обучающихся средних профессиональных образовательных организаций осуществляется на протяжении всего периода обучения по расписанию учебного дня и во внеурочное время в соответствии с примерной программой учебной дисциплины «Физическая культура» для образовательных организаций среднего профессионального образования в объеме 4-6 часов в неделю. Содержание программы обеспечивает преемственность с учебным материалом средней (полной) общеобразовательной школы и образовательными организациями высшего образования [8].

В соответствии с социально-экономическими потребностями современного общества, его дальнейшего развития и исходя из сущности среднего профессионального образования целями общеобразовательной учебной дисциплины «Физическая культура» в средних профессиональных учебных заведениях является формирование у студентов физической культуры личности и способности направленного использования средств физической культуры, спорта и туризма для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и самоподготовки к социально-профессиональной деятельности [9].

В Федеральном законе от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (глава 3, ст. 28. «Физическая культура и спорт в системе образования»), сказано, что «образовательные учреждения с учетом местных условий и интересов обучающихся самостоятельно определяют формы занятий физической культурой, средства физического воспитания, виды спорта и двигательной активности, методы и продолжительность занятий физической культурой на основе государственных образовательных стандартов и нормативов физической подготовленности» [10, 11].

Образовательный процесс учебной дисциплины «Физическая культура» в образовательных организациях среднего профессионального образования направлен на решение следующих основных задач:

Оздоровительные:

- укрепление и сохранение индивидуального здоровья студентов;
- содействие гармоническому физическому развитию;

Воспитательные:

– обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности (обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам, развитие физических способностей и специальных прикладных качеств);

– воспитание потребности и умения самостоятельно и систематически заниматься физическими упражнениями с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной);

– воспитание у обучаемых нравственных, психических качеств и свойств, необходимых для личностного и профессионального развития;

Образовательные:

– создание целостного представления о физической культуре общества и личности, ее роли в личностном, социальном и профессиональном развитии специалиста;

– приобретение необходимых теоретических и методических знаний по физической культуре и спорту, обеспечивающих грамотное самостоятельное их использование с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма;

– формирование умения вести наблюдения за динамикой развития своих основных физических способностей, оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных (дозированных) физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой направленностью;

– расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие физических способностей, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

1.1.1 Функции физической культуры в системе среднего специального образования

Гуманизирующие и культуруобразующие функции физической культуры нацелены на социальное формирование личности студента. Профессиональная подготовка к трудовой деятельности предполагает развитие и совершенствование определенных сторон – свойств будущего специалиста, на основе образа, эталона, профессионального идеала, в «структуре которого представлены ценности физической культуры: здоровье, соматический облик, функциональное состояние, развитые психофизиологические способности и др.» [12].

Таким образом, система физического воспитания в условиях техникума проявляет себя в трех основных направлениях:

Во-первых, определяет способность к саморазвитию, отражает направленность личности «на себя», что обусловлено ее социальным и духовным опытом, обеспечивает ее стремление к творческому «самостроительству», самосовершенствованию [13].

Во-вторых, физическая культура – основа самодеятельного, инициативного самовыражения будущего специалиста, проявление творчества в использовании средств физической культуры, направленных на предмет и процесс его профессионального труда.

В-третьих, она отражает творчество личности, направленное на отношения, возникающие в процессе физкультурно-спортивной, общественной и профессиональной деятельности, то есть «на других».

Достижение цели мотивации физического воспитания обусловлено решением следующих воспитательных, образовательных, развивающих и оздоровительных задач в техникуме:

1. Понимание роли физической культуры в развитии личности и подготовке ее к профессиональной деятельности;
2. Усвоение научно-практических основ физической культуры и здорового образа жизни;
3. Формирование мотивационно-ценностного отношения студентов к физической культуре, установки на здоровый образ жизни, физическое самосовершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;
4. Овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей и свойств личности, самоопределение в физической культуре;

5. Обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности, определяющей психофизическую готовность студентов к будущей профессии.

6. Приобретение опыта творческого использования физкультурно-спортивной деятельности для достижения жизненных профессиональных целей;

Известно, что решение комплекса вышеперечисленных задач происходит при соответствующем планировании, в частности при организации занятий по физическому воспитанию. При этом особое значение приобретает оздоровительная направленность этих занятий, связанная с проблемой здоровья студентов [14]. Так, двухразовые занятия в неделю по два часа (обязательные академические занятия) без дополнительных самостоятельных занятий не создают базиса устойчивой адаптации организма к мышечной работе.

Многие студенты первого курса имеют неудовлетворительную физическую подготовленность, негативное отношение к урокам физической культуры, у них нет потребности к занятиям спортом, стремления и умения улучшить физический статус, нет физкультурной грамотности.

Учащиеся недостаточно знают цели и задачи физического образования, спорта, двигательной реабилитации. Поэтому вопрос о том, как научить студентов постоянно заботиться о своем здоровье, заинтересовать их регулярно применять формы и методы физического воспитания в повседневной жизни, является актуальным.

Необходимо, с одной стороны, заложить основные понятия физической культуры студента в широком понимании, привить навыки здорового образа жизни и потребности к занятиям физической культурой и спортом, с другой – повышать двигательные качества и физическую подготовленность студентов. Физическое воспитание, как учебный предмет, должно занимать не последнее место на всех факультетах техникума.

В настоящее время учебно-педагогический процесс требует от студентов техникума значительных затрат сил на преодоление физических и умственных нагрузок. В этом плане важное место отводится самостоятельным занятиям физическими упражнениями, которые являются составной частью здорового образа жизни [15].

Самостоятельные занятия физическими упражнениями восполняют дефицит двигательной активности студентов, способствуют более эффективному восстановлению организма и повышению физической и умственной работоспособности.

Студенты, занимающиеся самостоятельными занятиями, должны опираться на научно-методическую помощь кафедры физического воспитания и спорта [16]. Планирование таких самостоятельных занятий осуществляется ими при непосредственном участии преподавателей по физической культуре и медико-биологическому направлению. В зависимости от состояния здоровья, уровня физической подготовленности студенты могут планировать достижение результатов по годам обучения в техникуме. Задача таких занятий, особенно для студентов, отнесенных к специальной медицинской группе, состоит в ликвидации остаточных явлений после перенесенных заболеваний, устранении функциональных нарушений и недостатков физического развития, повышении уровня здоровья и физических качеств [17].

Планирование студентами самостоятельных занятий и подбор физических упражнений направлены на достижение единой цели-сохранения их здоровья, поддержания уровня физической и умственной работоспособности.

Безусловно, привлечение студентов к самостоятельным занятиям вне рамок программы является повышением их образовательного уровня в вопросах оздоровительной физической культуры. Потребность в движении – основа физиологических, социально-экономических и культурных ценностей

[18]. Реализация этих потребностей обеспечит нормальный рост и жизнедеятельность организма студента и будет способствовать привлечению его к систематическим занятиям физической культурой как в рамках учебного процесса, так и вне его.

Физическая культура в широком смысле это часть общечеловеческой культуры, направленная на разностороннее укрепление его жизнедеятельности посредством применения широкого круга средств: гигиенических мероприятий, естественных факторов природы, различных форм физических упражнений и спорта. В своем жизненном воплощении она представляет собой вид социальной деятельности, направленной на оздоровление человека, развитие его физических способностей. Физическая культура является видом социальной практики, а это означает, что общество признает такую деятельность полезной и необходимой для всех и создает благоприятные условия для ее развития [3].

* * *

Завершая параграф «Физическая культура в образовательных организациях среднего профессионального образования», можно сделать следующие выводы:

Для развития и совершенствования оздоровительной культуры студентам необходимо приобрести знания, умения и навыки для формирования устойчивой мотивации на здоровье, здоровый образ и спортивный стиль жизни. Эта проблема нуждается в реализации индивидуальных и коллективных программ оздоровления студентов с учетом их психофизического развития и индивидуальных возможностей, а также в разработке организационно - педагогических рекомендаций.

1.2 Мотивация к занятиям физической культурой в среднем профессиональном образовании

Система физического развития в условиях техникума должна способствовать выработке личной физической культуры студента, выступая его интегральным качеством, как условие и предпосылка эффективной учебно-профессиональной деятельности, как обобщенный показатель профессиональной культуры будущего специалиста и как цель самосовершенствования и саморазвития [19, 20].

Эффективность физического воспитания существенно повысится, если будет разработан алгоритм привлечения учащихся, студентов, населения к регулярным занятиям физической культурой и спортом в настоящих социально-экономических условиях [21]. Важно определить, что необходимо сделать, чтобы выработать на различных этапах становления человека потребность заниматься физическими упражнениями и спортом всю жизнь.

Естественно, что мотивация приобщения студентов к занятиям физическими упражнениями и спортом играет ключевую роль.

Ориентация студентов на творческое освоение программы по физической культуре требует упорядоченного действия на их интеллектуальную, эмоционально-волевую и идеологическую среду, потому как нынешнее представление о физической культуре личности связывается не только с формированием двигательных качеств, здоровьем, но и широтой и глубиной знаний человека, его мотивацией и мировоззрением в сфере физкультурно-спортивной деятельности [20].

В связи с низкими показателями здоровья и растущим процентом заболеваемости среди студенческой молодежи возникает потребность во введении здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс [22].

Большая часть студентов не испытывает интереса к занятиям или не хочет заниматься вообще. Среди них доминирует низкий уровень грамотности о вопросах, касающихся здоровья, профилактики заболеваний.

Главная цель занятий физической культуры, проводимых в учебных заведениях – формирование физической культуры личности, подготовка к социально-профессиональной деятельности, сохранение и укрепление здоровья. Для этого необходимо стремление к овладению системой определенных умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психологическое благополучие, развитие способностей, физических качеств и свойств личности [23, 24]. Именно регулярные занятия физической культурой и спортом должны обеспечить достижение необходимого уровня развития физических качеств, т.е. приобретение определенного уровня тренированности. Этого можно добиться, только тогда, когда педагог (в первую очередь педагог по физической культуре) направляет свою деятельности на формирование у студентов здоровьесберегающих компонентов, главный среди которых – мотивация к занятиям физической культурой и спортом. Для этого необходимо учитывать интересы студентов. Выявлять наиболее предпочитаемые ими виды двигательной активности, с помощью средств и методов физического воспитания выработать у студентов интерес к занятиям [25].

Необходимо использовать индивидуальный и дифференцированный подход к физическим возможностям и подготовленности учащихся, применять на занятиях по физическому воспитанию соревновательную деятельность. В обязательном порядке в ход занятия включать эстафеты, игровые виды спорта. Для этого необходимо наличие учебно-тренировочной базы, спортивного инвентаря и оборудования. Организация спортивных секций по интересам студентов:

- Волейбол;
- Баскетбол;

- Настольный теннис;
- Легкая атлетика;
- Занятия фитнесом;
- Занятия в тренажерном зале.
- Проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий таких, как:
- «День здоровья»;
- Туристические походы.

Все это позволяет поднять уровень физического и психологического здоровья студентов, повысить их мотивацию к занятиям физической культурой [26, 27]. Таким образом, спорт, физическая культура, здоровый образ и спортивный стиль жизнедеятельности становятся надежной защитой, способной помочь студенческой молодежи адаптироваться к условиям жизни и профессиональной деятельности и на этой основе обеспечить высокую работоспособность, творческую активность, а в дальнейшем – трудовое долголетие.

1.2.1 Характеристики мотивов к занятиям физической культурой

Мотивы занятий физической культурой условно делят на общие и конкретные, что впрочем, не исключает их сосуществования. К первым можно отнести желание студентов заниматься физической культурой вообще, чем же заниматься конкретно – ему безразлично. Ко вторым можно отнести желание заниматься любимым видом спорта, определенными упражнениями [28, 29, 30].

Мотивы посещения занятий по физической культуре у студентов тоже разные: те, кто доволен занятиями, ходят на них ради своего физического развития и укрепления здоровья, а те, кто не удовлетворен занятиями по физической культуре, посещают их ради зачетов и чтобы избежать неприятностей из-за прогулов.

Подробная характеристика мотивов к занятиям физической культурой [31, 32]:

1. Оздоровительные мотивы. Наиболее сильной мотивацией молодежи к занятиям физическими упражнениями является возможность укрепления своего здоровья и профилактика заболеваний. Благоприятное воздействие на организм физических упражнений.

2. Двигательно-деятельностные мотивы. При выполнении физической работы прослеживается снижение производительности труда, которое происходит вследствие его монотонности, однообразия. Непрерывное выполнение умственной деятельности приводит к понижению процента восприятия информации, к большему числу профессиональных ошибок. Выполнение специальных физических упражнений для мышц всего тела и зрительного аппарата значительно повышает эффективность релаксации, чем пассивный отдых, и удовольствие от самого процесса занятий физическими упражнениями. При занятиях физическими упражнениями в организме человека происходят изменения деятельности всех систем, в первую очередь сердечно-сосудистой и дыхательной.

3. Соревновательно-конкурентные мотивы. Данный вид мотивации основывается на стремлении человека улучшить собственные спортивные достижения.

4. Эстетические мотивы. Мотивация студентов к занятиям физическими упражнениями заключается в улучшении внешнего вида и впечатления, производимого на окружающих.

5. Коммуникативные мотивы. Совместные занятия физической культурой и спортом содействуют улучшению коммуникации между социальными и половыми группами.

6. Познавательные-развивающие мотивы. Данная мотивация тесно связана со стремлением человека познать свой организм, свои возможности, а затем и улучшить их с помощью средств физической культуры и спорта.

7. Творческие мотивы. Занятия физической культурой и спортом дают неограниченные возможности для развития и воспитания в обучающихся творческой личности.

8. Профессионально-ориентированные мотивы. Группа данной мотивации связана с развитием занятий физической культурой, ориентированных на профессионально важные качества студентов различных специальностей, для повышения уровня их подготовки к предстоящей трудовой деятельности.

9. Административные мотивы. Занятия физической культурой являются обязательными в средних учебных заведениях России. Для получения контрольных результатов введена система зачетов, один из которых по предмету «Физическая культура».

10. Психолого-значимые мотивы. Занятия физическими упражнениями положительно влияют на психическое состояние подрастающей молодежи. Определенные виды физических упражнений являются незаменимым средством нейтрализации отрицательных эмоций у человека.

11. Воспитательные мотивы. Занятия физической культурой и спортом развивают в личности навыки самоподготовки и самоконтроля.

12. Статусные мотивы. Благодаря развитию физических качеств у подрастающего поколения увеличивается их жизнестойкость. Повышение личностного статуса при возникновении конфликтных ситуаций.

13. Культурологические мотивы. Данная мотивация приобретает у подрастающего поколения с воздействием, оказываемым средствами массовой информации, обществом, социальными институтами, в формировании у личности потребности в занятиях физическими упражнениями.

* * *

Завершая параграф «Мотивация к занятиям физической культурой в среднем специальном образовании», можно сделать следующие выводы:

Занятия физической культурой в среднем профессиональном образовании способствуют формированию физической культуры личности, которая помогает в адаптации к условиям современной жизни и профессиональной деятельности будущих специалистов. Для этого необходимо овладеть системой определенных умений и навыков, укрепляющих здоровье, психологическое благополучие, и физические качества. Регулярные занятия физической культурой и направленная деятельность преподавателя на формирование у студентов мотивации к занятию спортом, будут эффективно повышать уровень физического воспитания.

1.3 Приемы повышения мотивации

Мотивация – это общее название для процессов, методов, средств побуждения учащихся к познавательной деятельности, активному освоению содержания образования. Мотивация основывается на мотивах, под которыми имеются ввиду конкретные побуждения, стимулы, заставляющие личность действовать и совершать поступки [33].

В качестве мотивов могут выступать в связке эмоции и стремления, интересы и потребности, идеалы и установки. Поэтому мотивы – это сложные динамические системы, в которых осуществляются выбор и принятие решений, анализ и оценка выбора [34]. Мотивация для студентов является наиболее эффективным способом улучшить процесс обучения. Мотивы являются движущими силами процесса обучения и усвоения материала.

Мотивация к обучению достаточно непростой и неоднозначный процесс изменения отношения личности, как к отдельному предмету изучения, так и ко всему учебному процессу. Мотивами или, другими словами, причинами, стимулирующими человека и побуждающих его к активной деятельности, в данном случае к занятиям физической культурой, – могут быть самыми различными. Изменения, происходящие в различных сферах деятельности человека, выдвигают все более новые требования к организации и качеству профессионального образования [35, 36]. Современный выпускник профессионального образовательного учреждения должен не только владеть специальными знаниями, умениями и навыками, но и ощущать потребность в достижениях и успехе; знать, что он будет востребован на рынке труда. Необходимо прививать учащимся профессиональных образовательных учреждений интерес к накоплению знаний, самостоятельной деятельности и непрерывному самообразованию.

Чтобы достичь этих целей, у студентов должна быть мотивация. Мотивация является главной движущей силой в поведении и деятельности человека, в том числе, и в процессе формирования будущего профессионала. Поэтому особенно важным становится вопрос о стимулах и мотивах учебно-профессиональной деятельности студентов [37]. Мотивы – это мобильная система, на которую можно влиять. Даже если выбор будущей профессии студентом был сделан не вполне самостоятельно и недостаточно осознанно, то, целенаправленно формируя устойчивую систему мотивов деятельности, можно помочь будущему специалисту в профессиональной адаптации и профессиональном становлении. Тщательное изучение мотивов выбора будущей профессии даст возможность корректировать мотивы учения и влиять на профессиональное становление студентов [38, 39]. Эффективность учебного процесса непосредственно связана с тем, насколько высока мотивация и высок стимул овладения будущей профессией.

Существуют около десятка классификаций мотивации студентов. Мотивы могут сливаться, образуя общую мотивацию для обучения. Для того чтобы студент по-настоящему включился в работу, нужно, чтобы задачи, которые ставятся перед ним в ходе учебной деятельности, были не только понятны, но и внутренне приняты им, т. е. чтобы они приобрели значимость для учащегося. Так как истинный источник мотивации человека находится в нем самом, то необходимо, чтобы он сам захотел что-то сделать и сделал это. Поэтому, основным мотивом учения является внутренняя побудительная сила [40]. Студент захочет и будет учиться сам только тогда, когда это занятие будет ему интересно и привлекательно. Ему нужны мотивы для познавательной деятельности. Учащиеся профессиональных учебных заведений намного больше узнают о выбранной ими профессии во время прохождения практики, выполнения лабораторно-практических работ. Они видят стимул, мотивацию для дальнейшего обучения, понимая, что могут применить полученные знания на практике [41]. Мотивация обучения – средства побуждения учащегося к продуктивной деятельности. В системе учебных мотивов переплетаются внешние и внутренние мотивы. К внутренним мотивам относятся такие, как собственное развитие в процессе учения; необходимо, чтобы сам обучаемый захотел что-то сделать и сделал это, т. к. истинный источник человека находится в нем самом. Внешние мотивы исходят от родителей, педагогов, группы, в которой обучается студент, окружения или общества – в виде намеков, указаний, подсказок, понуканий, требований, принуждений, т. е. это учеба как вынужденное поведение и нередко встречает внутреннее сопротивление личности. Вот почему решающее значение придается не мотивам обучения – внешнему нажиму, а мотивам учения – внутренним побудительным силам [42]. Эти мотивы могут иметь неодинаковую силу влияния на характер и результаты учебного процесса. Наиболее резко выражены внешние моменты в мотивах учебы ради материального вознаграждения и избегания неудач. Учебный

процесс относят это сложный вид деятельности, мотивов для обучения существует множество, и они могут проявляться не только отдельно в каждом человеке, но и сливаться в единое целое, формируя сложные мотивационные системы. Как же повысить мотивацию студентов?

Рассмотрим некоторые способы повышения мотивации учащихся средних профессиональных учебных заведений [43, 44].

Процесс мотивирования студентов преподавателем. Студент – это не школьник, которому можно сказать «так надо», студенту необходимо объяснить каким образом полученные знания и навыки ему пригодятся в будущем. Преподаватель обязан уметь доказать студентам, что его предмет действительно будет полезен в их будущей деятельности. Стимулирование на результат, а не на оценку. Студента необходимо не только заинтересовать предметом, но и открыть для него возможности практического использования полученных знаний и навыков. Для этого можно проводить интегрированные уроки. Здесь широко используются познавательные мотивы, которые проявляются как ориентация на эрудицию.

Связка студент-преподаватель. Студенту очень важно, чтобы педагог был его наставником, чтобы к нему можно было обратиться за помощью во время учебного процесса. Преподаватель должен использовать эффективную форму мотивации – укреплять уверенность в собственных силах студента. Чем больше доверяют учащимся, тем охотнее они сотрудничают с преподавателем в процессе обучения.

Уважение к студентам. Какой бы ни был студент, он в любом случае личность, которая хочет к себе соответствующего отношения. Заинтересовать их. Все студенты будут с удовольствием посещать занятия, если заинтересовать их.

Также эффективное средство для повышения мотивации учебной деятельности студентов и их самостоятельности – *это введение рейтинговой системы оценки.* Знания оценивать в баллах, которые набираются в течение

всего периода обучения, по тому или иному предмету за разные виды успешно выполненных работ. То есть в самом начале занятия обозначить расширенные возможности перед учащимися, чтобы студент осознавал и понимал, что его отсутствие на занятии – это минус какой-то определенный балл, а инициатива на занятиях и регулярное их посещение плюс баллы. В итоге учащийся будет замотивирован конкретными бонусами и преференциями на зачете и с большей ответственностью отнесется к учебному процессу.

Мотивация личным примером. Интерес учащегося к изучаемому предмету обусловлен не только профессиональностью преподавания учебного материала, но и личными качествами педагога. Преподаватель, который доброжелательно относится к окружающим, не опаздывает, серьезно и ответственно выполняет свою работу, вовремя проверяет контрольные, самостоятельные и практические работы студентов, ценится ими. Доброжелательный, спокойный тон, положительный, приветливый настрой, залог эффективного труда. Интонации должно быть достаточно, чтобы выделить важное, сделать акцент, заставить задуматься.

Предоставление свободы выбора студентам. В учебном учреждении бывают дни самоуправления, которые мотивируют учащихся на самостоятельную деятельность. Каждый человек желает быть сопричастным к какому-то процессу, осознавать, что его точку зрения принимают во внимание – это повышает мотивацию.

Одобрять успехи студентов, демонстрировать их достижения. Публичная похвала, особенно с описанием достоинств и отличительных особенностей прибавляет студенту уверенности в себе, повышает его внутреннюю мотивацию и желание снова достигать аналогичного результата.

Заинтересованность личным опытом студентов в профессиональной деятельности и их личным мнением по каким-либо вопросам. Интерес педагога к учащимся может быть взаимным. Совместное обсуждение

различных вопросов, решение возникших проблем, организация дискуссий и споров, рассмотрение различных ситуационных задач – важные методы не только организации учебного процесса, но и налаживание качественного взаимодействия между педагогом и учащимся.

Перед преподавателями профессиональных учебных заведений в настоящий момент стоит задача создания таких условий, при которых студенты за короткие сроки смогли бы усвоить максимально возможное количество знаний вместе с приобретением навыков их творческого применения на практике [45].

Современный студент должен быть ориентирован на развитие и укрепление здоровья, понимать необходимость получения в образовательном процессе не только профессиональных знаний, но и гармоничного физического развития. Кроме всего, физическое воспитание расширяет арсенал прикладных двигательных координаций, а также обеспечивает эффективную адаптацию к опасным производственным факторам. Эффект физической активности распространяется на эмоциональную и мыслительную сферы жизнедеятельности человека, способствует приобретению жизненно важных социальных умений и навыков [46].

Все это требует формирования у студентов потребности в регулярных занятиях оздоровительной деятельностью, осознания необходимости укрепления своего здоровья, расширения диапазона функциональных возможностей организма и ценностной ориентации на повышение уровня своей физической культуры [47].

Повышение эффективности показателей здоровья во многом зависят от физкультурно-оздоровительной деятельности, формирования мотивации и интересов к занятиям физическими упражнениями, необходимо иметь представление о мотивах студентов, побуждающих их к занятиям физической культурой, в каком направлении они развиваются [48, 49].

Мотивация является главным компонентом для успешного выполнения любой деятельности, в том числе и физкультурно-спортивной. Успешная реализация мотивов и целей должна вызывать у студентов желание заниматься физической культурой, а также интерес к самостоятельным занятиям [50].

* * *

Завершая параграф «Приемы мотивации», можно сделать следующие выводы:

Основной задачей профессионального учебного заведения является стимулирование интересов к обучению таким образом, чтобы целью студентов стало не просто получение документов об образовании, но и получение прочных и стабильных знаний и умений.

Мотивация студентов – это один из наиболее эффективных способов улучшить образовательный процесс и результаты обучения, а мотивы являются движущей силой процесса обучения и усвоения материала. Ответственность за мотивацию студентов к обучению и её повышение принадлежит не только преподавателям и семье, но и обществу.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЙ

2.1. Организация исследований

1 этап – на данном этапе нами была собрана и проанализирована информация из различных литературных источников по теме «Приемы мотивации студентов среднего профессионального образования к занятиям физической культурой». По теме было проанализировано 50 литературных источников.

2 этап – нами было проведено анкетирование с февраля по апрель 2022 года, в котором приняли участие 110 респондентов, учащихся техникума в возрасте от 16 лет до 22 года. Анкета состояла из 22 вопросов.

3 этап – на этом этапе работы было проведено педагогическое наблюдение в период с сентября по ноябрь 2022 года. Наблюдение проводилось в Красноярском Политехническом техникуме. В наблюдении принимали участие 50 обучающихся в возрасте от 16 лет до 17 лет. Нами было проведено 38 наблюдений.

4 этап – проведение педагогического эксперимента. Педагогический эксперимент проходил в Красноярском Политехническом техникуме в течение четырех месяцев (январь-апрель) 2023 года.

В педагогическом эксперименте приняли участие 2 группы обучающихся первых курсов по 25 человек в возрасте от 16 лет до 17 лет. Пол участников в педагогическом эксперименте не учитывался. Одна из групп была контрольной, а вторая экспериментальная группа. В ходе проведения педагогического эксперимента мы делали акцент на повышение мотивации студентов к занятиям физической культурой.

5 этап – на заключительном этапе осуществлялась статистическая обработка полученных результатов и установление их достоверности, а также выявление эффективности экспериментальных исследований.

2.2 Методы исследований

Анализ научно-методической литературы – метод применялся нами для исследования основных вопросов, направленных на изучение значения физической культуры в образовательных организациях, существующих мотивов к посещениям занятий физической культурой, а также изучению приемов, способствующих повышению мотивации обучающихся образовательных организаций. В результате анализа литературных источников нами были исследованы вопросы: больше всего источников было набрано по вопросу «Физическая культура в образовательных организациях среднего профессионального образования», наименее освещенным оказался вопрос «Приемы мотивации».

Метод опроса – заключался в проведении анкетирования, состоящий из составления, распространения и анализа анкет. Анкетирование проводилось с целью сбора необходимой информации для оценки мотивации студентов к занятиям физической культурой. Мотивация является одним из главных процессов побуждения учащихся к посещениям занятий физической культурой. Количество посещений учащимися занятий по физической культуре существенно повысится, если будет организован правильный подход к привлечению студентов занятий спортом. Вопросы анкетирования связаны с оценкой физической подготовки студентов, выяснениями причин посещения или непосещения занятий, со значимостью спорта в их жизни, а также изучении пожеланий студентов к организации занятий физической культурой.

Педагогическое наблюдение – это анализ и оценка учебного процесса. Представляет собой целенаправленное восприятие какого-либо педагогического явления, с помощью которого можно получить фактические данные.

Оно не влияет на учебный процесс обучающихся, а просто изучает ряд поставленных вопросов, в которых они происходят, влияет на изучаемые

процессы, не изменяя их условия, отличается от обычного наблюдения конкретностью объекта наблюдения, наличием специальных приемов регистрации наблюдаемых явлений и фактов.

Мы проводили анализ занятий по физической культуре обучающихся и фиксировали их в протокол наблюдений.

Педагогический эксперимент – это метод, при котором организуется специальное педагогическое исследование с целью проверки заранее поставленных задач и гипотез. Характерной чертой данного эксперимента как метода исследования является запланированное вмешательство в изучаемое явление.

Педагогический эксперимент заключался в проверке эффективности выбранных нами приемов мотивации обучающихся к занятиям физической культурой.

Статистическая обработка результатов – обработка полученных данных в ходе исследований при помощи методов математической статистики. Нам было необходимо установить достоверность полученных результатов и выявить эффективность полученных экспериментальных данных.

ГЛАВА 3. ПРАКТИЧЕСКОЕ ПРИМЕНЕНИЕ ПРИЁМОВ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

3.1. Выявление уровня мотивации студентов среднего профессионального образования к занятиям физической культурой

В настоящее время прослеживается отрицательная динамика в уровне физической подготовленности и качестве обучения студентов среднего профессионального образования на занятиях физической культурой, что в свою очередь негативно сказывается на общем уровне успеваемости студентов. Для повышения качества образования необходимо разобраться в причинах снижения качества успеваемости по учебному предмету физическая культура. Одной из причин является снижение уровня мотивации.

Уровень мотивации студентов является важной составляющей, способствующей планомерному и успешному получению образования. Для поддержания необходимого уровня мотивации студентов к занятиям необходимо учитывать многие факторы. Для определения общего уровня мотивации студентов к занятиям физической культуры, нами были выбраны наиболее значимые факторы, влияющие на уровень мотивации к занятиям, на основании которых, нами была составлена анкета для оценки мотивации студента к занятиям физической культурой (Приложение А).

Нами было проведено анкетирование в период с февраля по апрель 2022 года. В анкетировании приняли участие 110 респондентов, юноши и девушки, в возрасте от 16 лет до 22 года. Процентное соотношение опрошенных юношей и девушек показано на рисунке 2.

Цель анкетирования – выявление уровня мотивации студентов среднего профессионального образования к занятиям физической культурой.

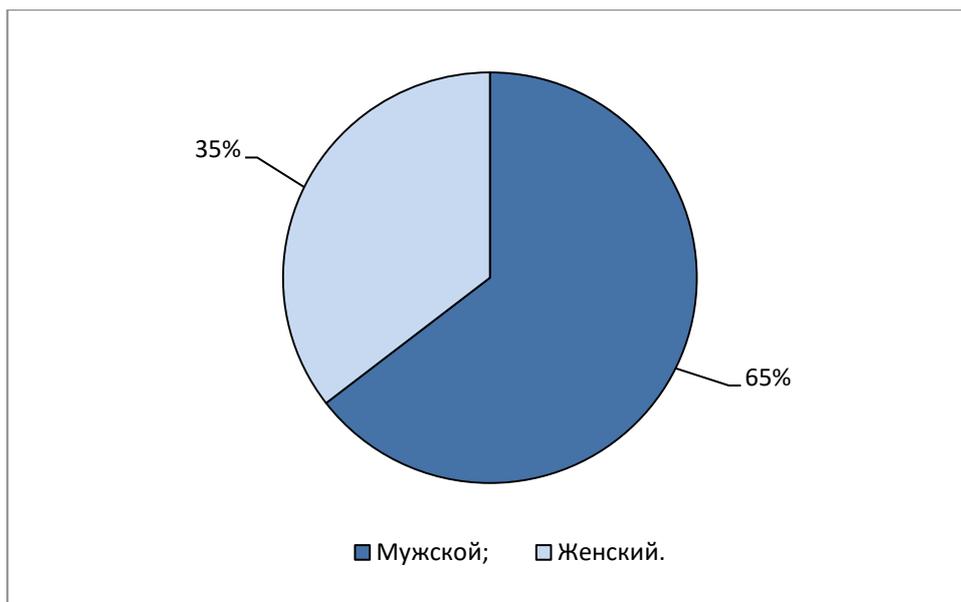


Рисунок 2 – Распределение респондентов между юношами и девушками

По данным анкетирования 84% опрошенных, в целом, довольны состоянием своего здоровья, это больше половины. 13% обучающихся не довольны состоянием своего здоровья, а 4 % ответили иначе (рис. 3).

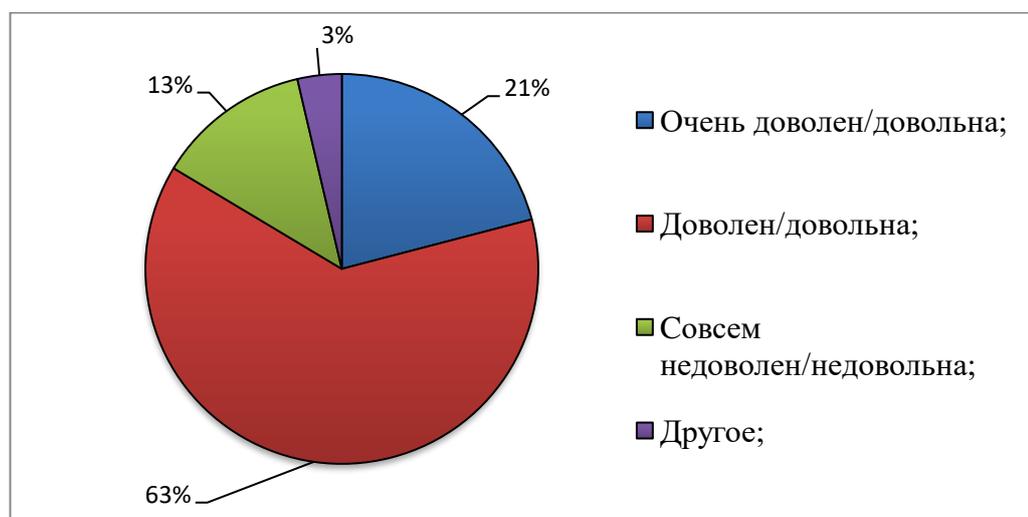


Рисунок 3 – Удовлетворенность обучающихся своим здоровьем

Из рисунка 4 видно, что половина обучающихся (56%) не делает зарядку по утрам. 40% делают зарядку иногда, и только 4% опрошенных делает зарядку.

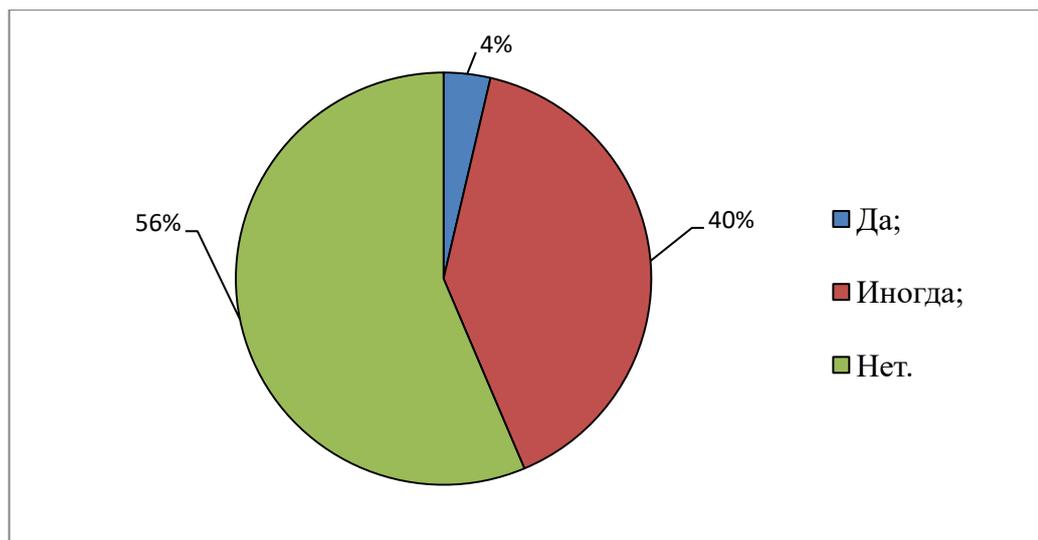


Рисунок 4 – Делают ли обучающиеся зарядку по утрам

Уровень своей физической подготовленности 66% респондентов оценили как средний. Почти четверть опрошенных, это 25% считают, что их уровень физической подготовки низкий. 7% считают уровень своей физической подготовки высоким (рис. 5).

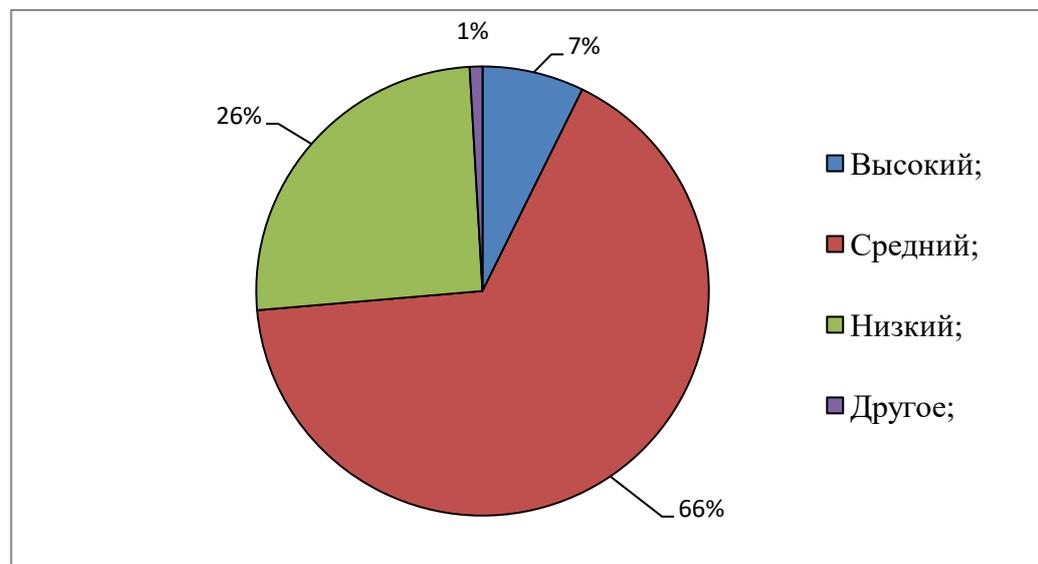


Рисунок 5 – Уровень физической подготовки обучающихся

На вопрос о том, соответствует ли образ жизни респондентов – здоровому образу жизни, 25% ответили, что соответствует. 39% ответили отрицательно, а 36% затруднились ответить.

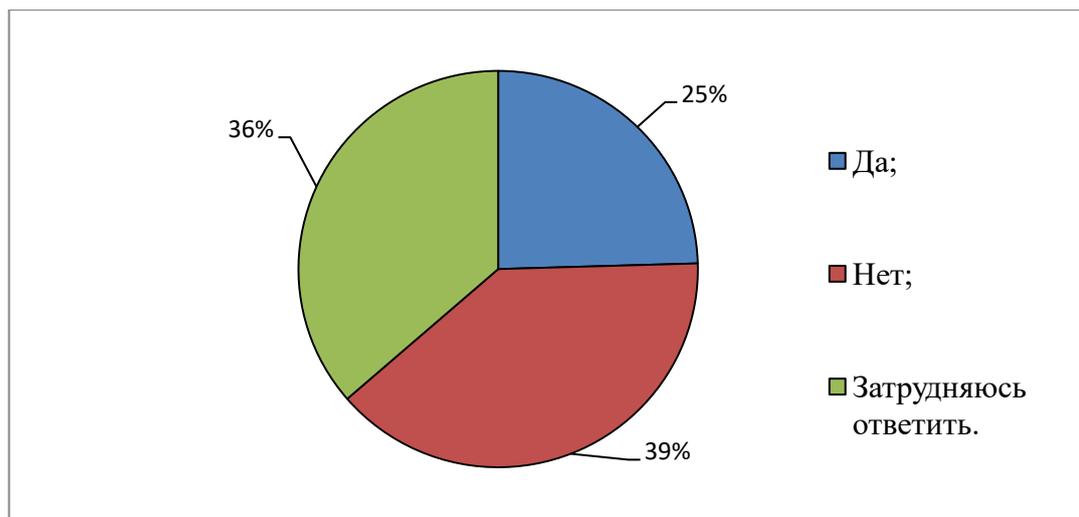


Рисунок 6 – Соответствует ли образ жизни обучающихся здоровому образу жизни

По данным представленным на рисунке 7, мы видим, что 51% опрошенных посещают занятия по физической культуре регулярно. 41% посещают по мере возможности, а 6% посещают занятия по физической культуре крайне редко.

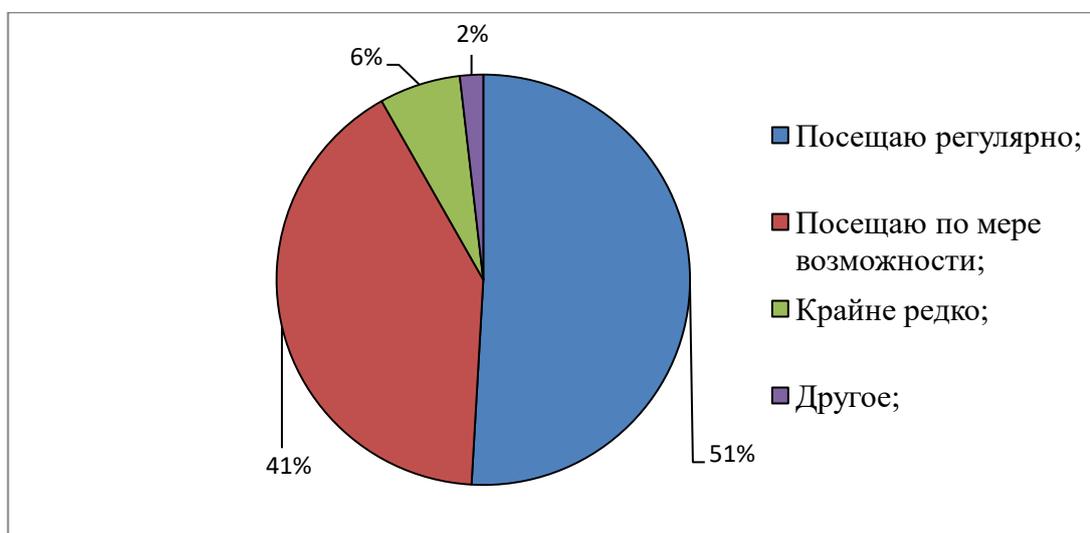


Рисунок 7 – Регулярность посещений занятий по физической культуре

На причины нерегулярного посещения занятий респонденты ответили следующим образом: больше всего, а именно 59% опрошенных пропускают занятия в виду уважительных причин, например болезни. 17% пропускают занятия из-за отсутствия интереса к предмету. 14% респондентов не посещают регулярно занятия по причине чрезмерных нагрузок, которые

получают на занятиях физической культурой. 3% и 8% ответили, что причиной является плохая организация проведения занятия и устаревшее оборудования соответственно (рис. 8).

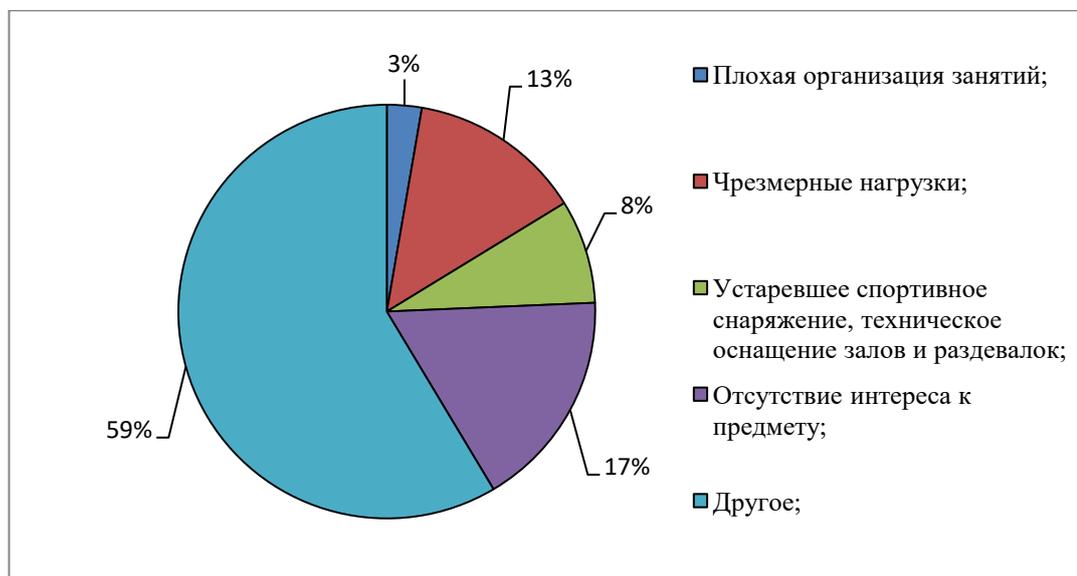


Рисунок 8 – Причины нерегулярного посещения занятий по физической культуре

На рисунке 9 видно, что на вопрос о любимых видах спорта на занятиях по физической культуре, 69% опрошенных обучающихся выбрали игровые виды спорта. 16% выбрали легкую атлетику, 8% опрошенных нравится гимнастика, а 7% обучающихся написали свои виды спорта.

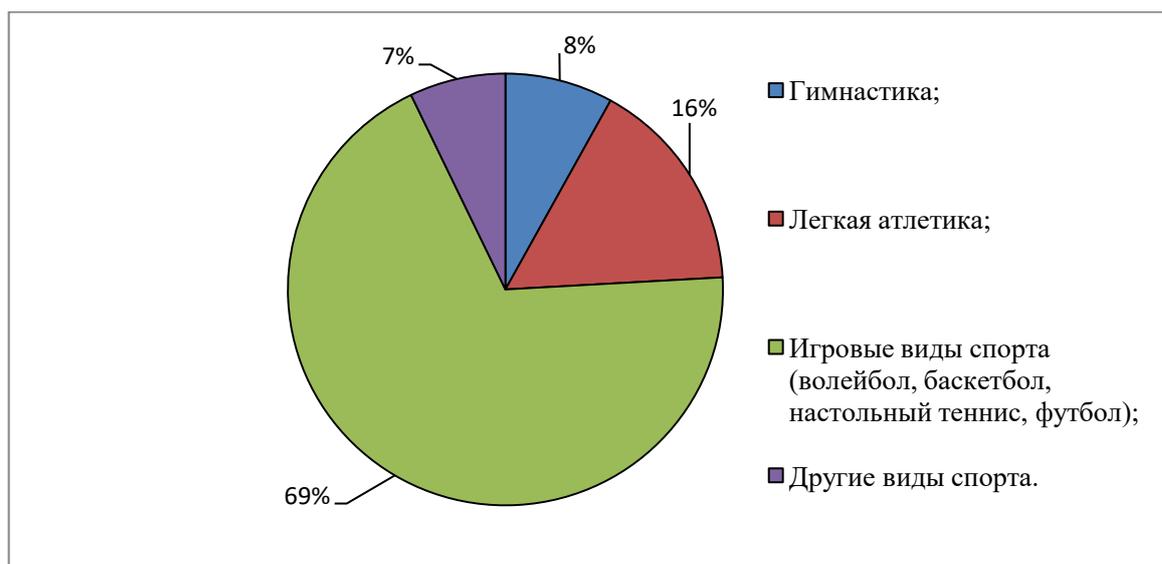


Рисунок 9 – Популярные виды спорта среди опрошенных

По данным опроса соотношение респондентов посещающих и не посещающих спортивные или тренажерные залы вне учебных занятий представлено на рисунке 10. Половина опрошенных (50%) регулярно посещают тренажерный зал вне учебных занятий. 25% ответили, что посещают, но редко. И 25% не посещают тренажерный зал вне учебных занятий.

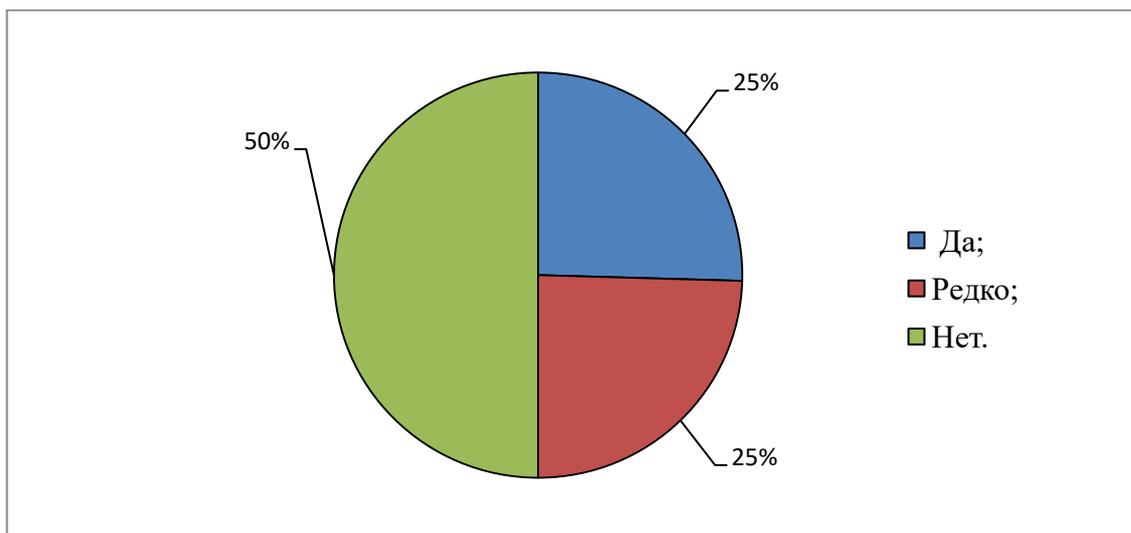


Рисунок 10 – Посещение спортивных (тренажерных) залов вне учебных занятий

Далее, с помощью анкетирования мы выяснили, какие чувства испытывают при посещении занятий по физической культуре обучающиеся. Большинство, а это 62% опрошенных чувствуют приподнятое настроение при посещении занятий. 9% респондентов испытывают радость и вдохновение. Но у 9% опрошенных после занятий возникает усталость, безразличие и напряжение.

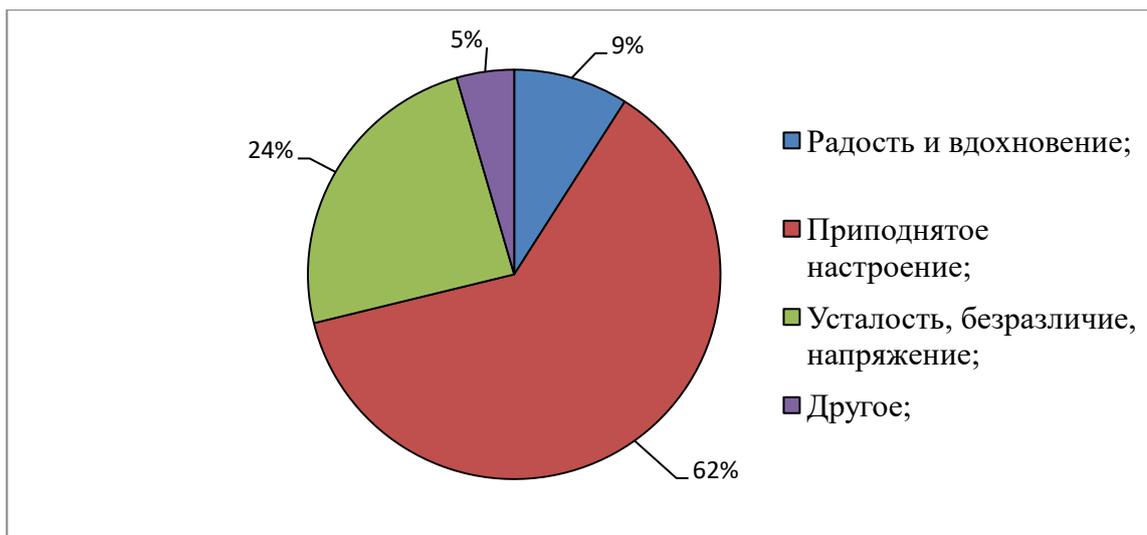


Рисунок 11 – Чувства обучающихся при посещении занятий по физической культуре

Так же необходимо выяснить, удовлетворены ли обучающиеся текущей формой проведения занятий. На данный вопрос 73% опрошенных ответили, что занятия по физической культуре нравятся, а 21% ответили не нравятся. Есть 6% обучающихся среди опрошенных, которым форма проведения занятий безразлична (рис. 12).

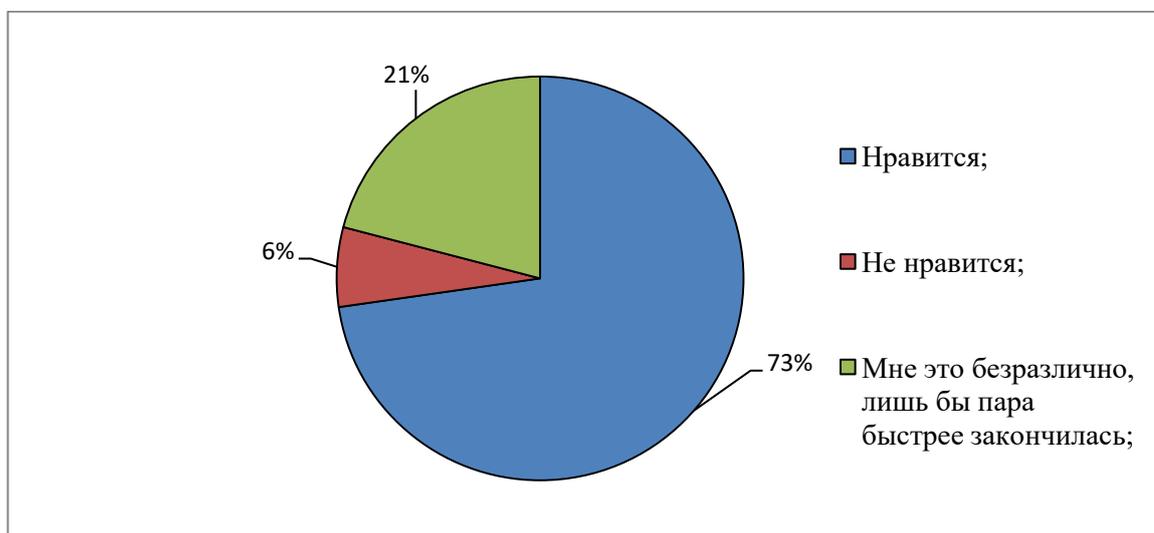


Рисунок 12 – Удовлетворенность существующей формой проведения занятий

Как показало анкетирование, половина опрошенных (55%) не участвуют в спортивных соревнованиях, спартакиадах или забегах (рис. 13). 37% опрошенных участвуют, но иногда. И всего 8% участвуют постоянно.

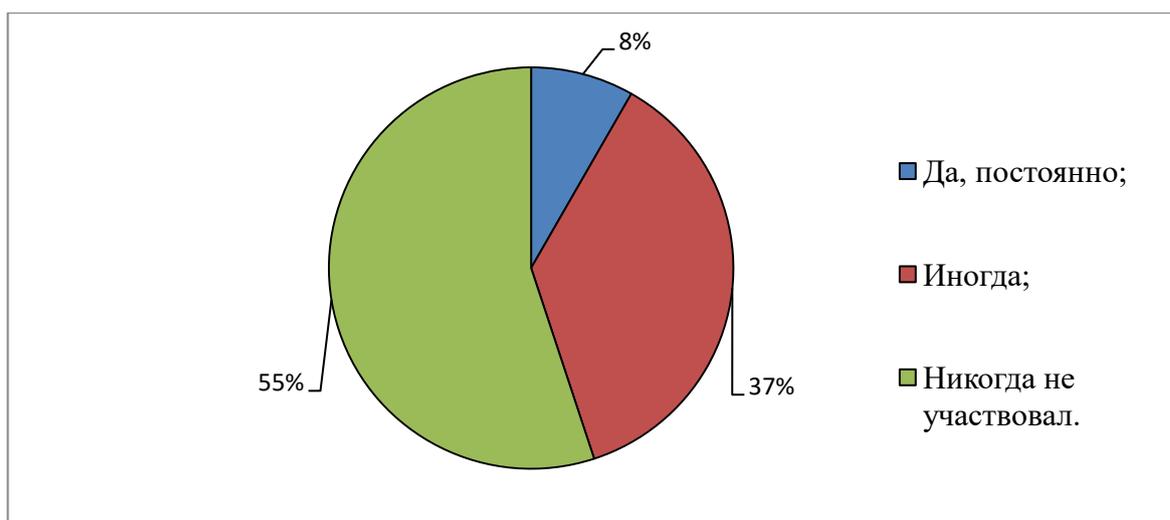


Рисунок 13 – Участие в спортивных соревнованиях

На вопрос о том, что такое физическая культура и спорт, 50% респондентов ответили, что это единственный способ быть в форме, источник бодрости и сил (рис. 14). 24% ответили, что для них это путь к самореализации. 23% считают, что для них занятия по физической культуре являются занятиями по необходимости, для получения зачета. 5% опрошенных дали свой, развернутый ответ.

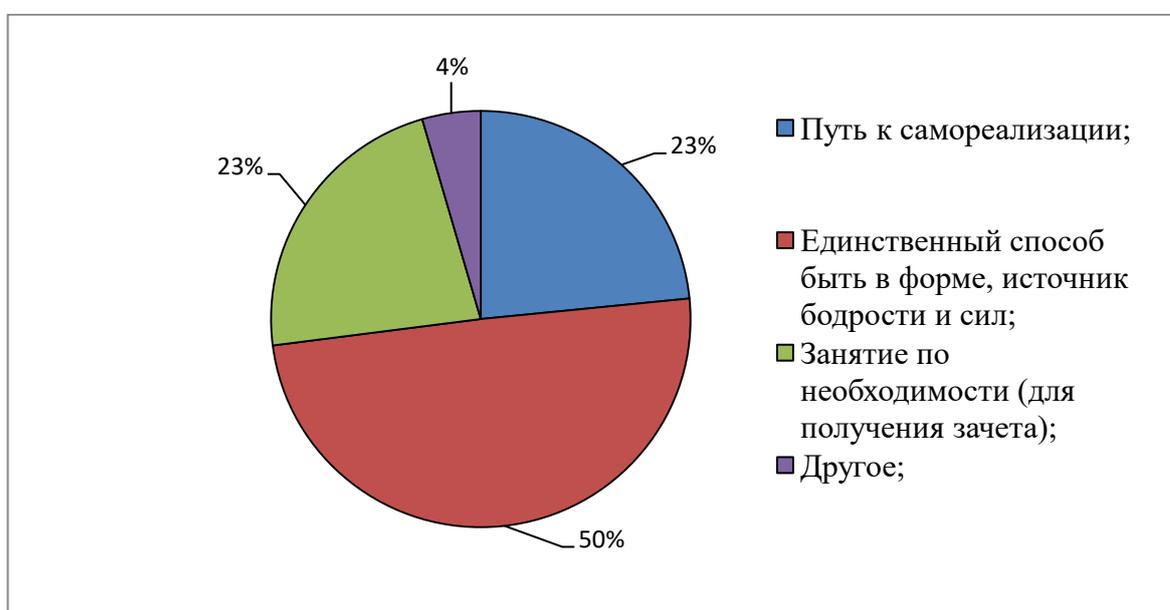


Рисунок 14 – Что представляют собой физическая культура и спорт для обучающихся

В ходе анкетирования обучающимся был задан вопрос о том, сколько занятий физической культурой они хотели бы посещать. 44% опрошенных

ответили, что хотели бы посещать одно занятие в неделю, 41% два и более занятий, а 10% респондентов ответили, что не хотели бы посещать ни одного занятия.

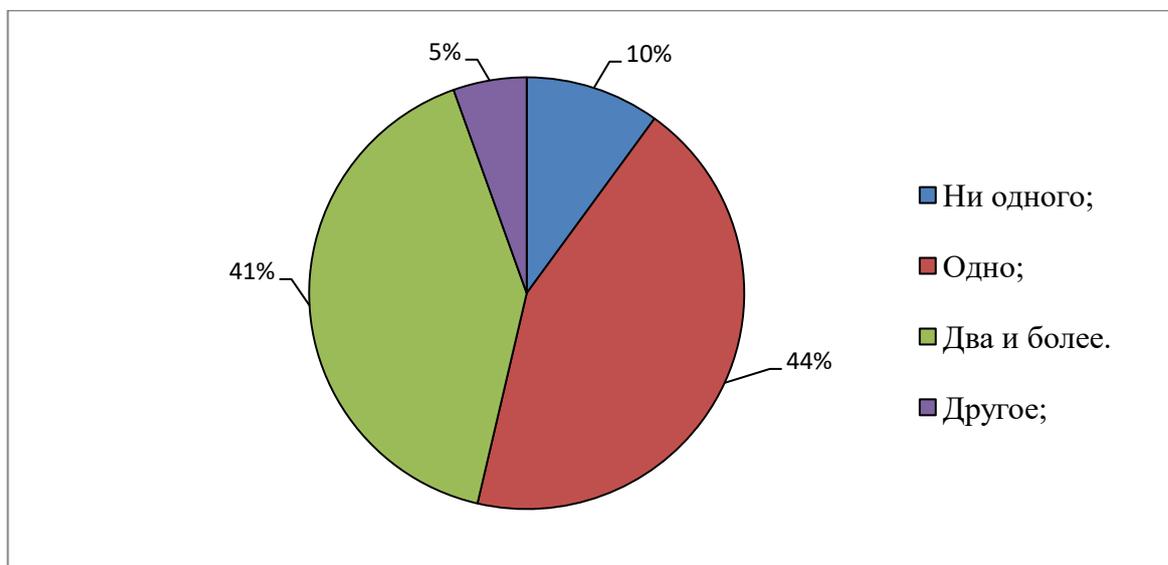


Рисунок 15 – Какое количество раз в неделю обучающиеся готовы посещать занятия по физической культуре

На рисунке 16 показана потребность респондентов к занятиям физической культурой и ведению здорового образа жизни. 53% опрошенных чувствуют потребность в занятиях и ведению здорового образа жизни. 21% считают, что такой потребности у них нет.

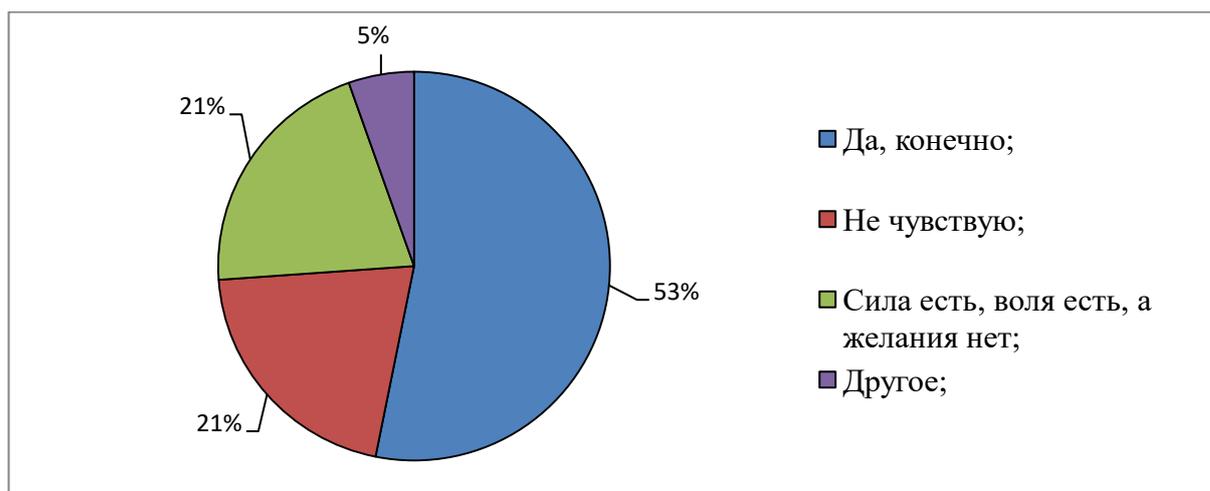


Рисунок 16 – Чувствуют ли обучающиеся потребность в занятиях физической культурой и ведении здорового образа жизни

Вне учебного времени, 45% опрошенных тратят 30 минут в день на занятия физической культурой и спортом (рис. 17). 36% тратят один-два часа, и 19% ответили иначе.

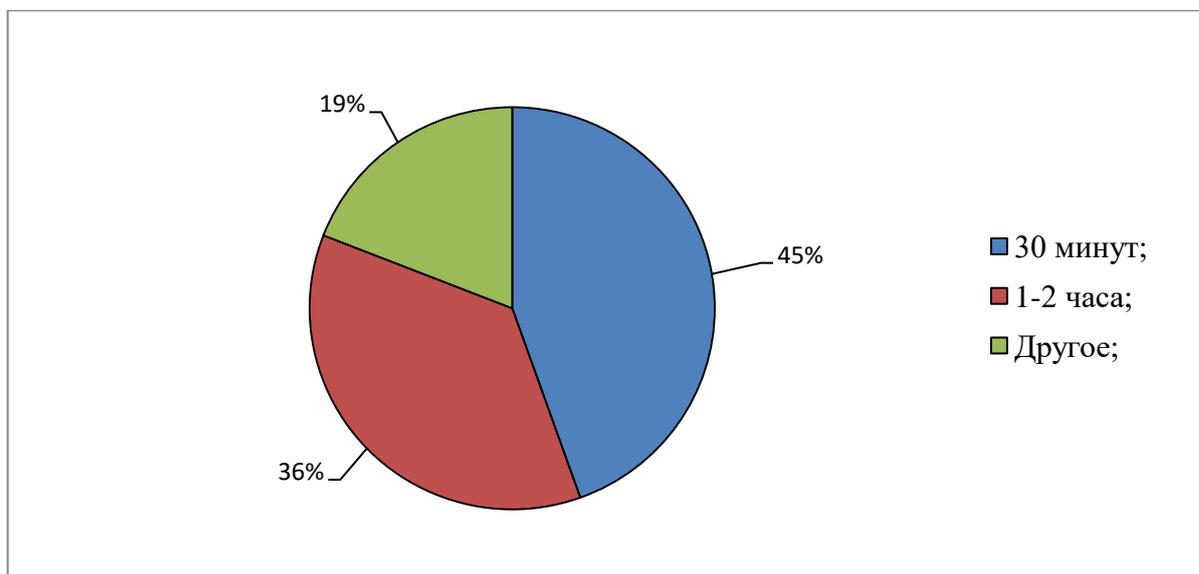


Рисунок 17 – Количество времени, которое обучающиеся тратят на занятия физической культурой и спортом вне учебных занятий

На рисунке 18 показано распределение респондентов по группам здоровья. 67% опрошенных обучающихся относятся к основной группе, не имеющей ограничений по здоровью. 27% респондентов относятся к подготовительной группе, с небольшими ограничениями здоровья. И всего 6% опрошенных это специальная группа, с ограничениями по здоровью.

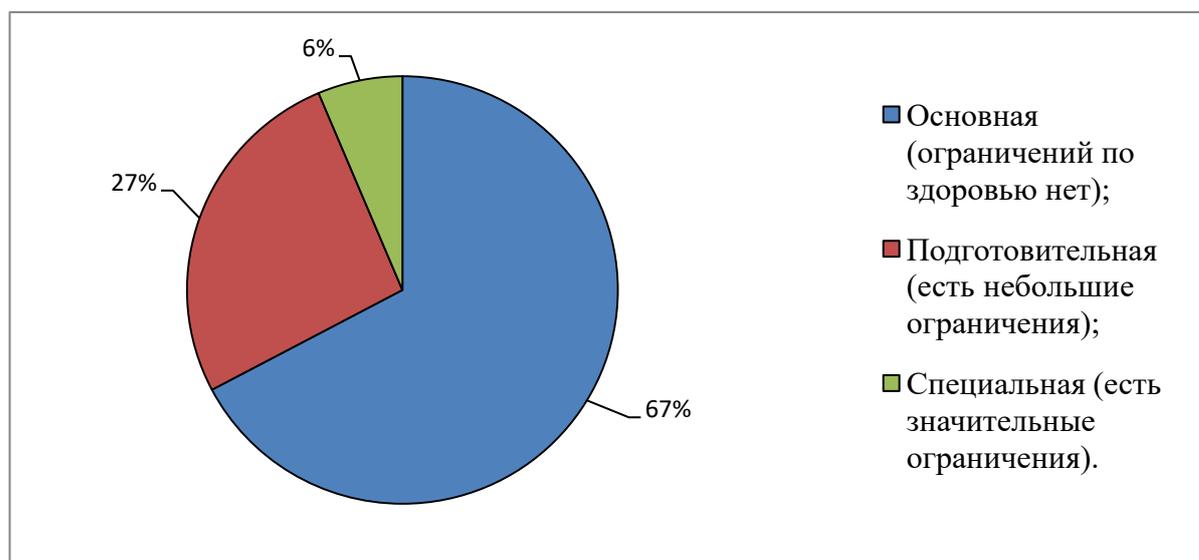


Рисунок 18 – Группы здоровья респондентов

Также в анкете были вопросы, требующие развернутого ответа. На вопрос о том, имеются ли у респондента какие-либо награды или достижения в области спорта, 17% ответили, что имеют награды в таких видах спорта как: вольная борьба, самбо, волейбол, легкая атлетика, баскетбол.

В вопросе о том, что могло бы повысить интерес к посещению занятий по физической культуре, наибольшее количество респондентов хотели бы во время занятий уделять больше времени игровым видам спорта.

Также по мнению большинства опрошенных, в текущих занятиях физической культурой им хотелось бы сократить продолжительность подготовительной части занятия.

* * *

Завершая параграф 3.1. «Выявление уровня мотивации студентов среднего профессионального образования к занятиям физической культурой» можно сделать следующие выводы:

1. Большинство респондентов (66%) оценили уровень своей физической подготовленности как средний.

2. 59% пропускают занятия в виду уважительных причин, 17% пропускают занятия из-за отсутствия интереса к предмету, и 14% респондентов не посещают регулярно занятия по причине чрезмерных нагрузок, которые получают на занятиях физической культурой.

3. 73% обучающихся удовлетворены текущей формой проведения занятий физической культурой, а 21% опрошенных не удовлетворены формой проведения занятий.

4. 53% опрошенных чувствуют потребность в занятиях физической культурой и ведению здорового образа жизни. 21% считают, что такой потребности у них нет.

5. Наибольшее количество респондентов хотели бы во время занятий уделять больше времени игровым видам спорта. По их мнению, это могло бы повысить интерес к посещению занятий по физической культуре.

3.2 Анализ образовательного процесса по физической культуре в среднем профессиональном образовании и подбор приёмов мотивации

Цель: проанализировать образовательный процесс по физической культуре в среднем профессиональном образовании и подобрать приёмы повышения мотивации обучающихся.

Наблюдение проводилось с сентября по ноябрь 2022 года. Наблюдение проводилось в Красноярском Политехническом техникуме. В наблюдении принимали участие 50 обучающихся в возрасте 16 -17 лет.

С момента начала педагогического наблюдения, в течении периода нами было проведено 38 наблюдений. Согласно теме исследования, нами был составлен протокол наблюдений, состоящий из блоков, в том числе: количество присутствующих обучающихся, применяемые технические средства, анализ проведения занятия, используемые приемы мотивации, применяемые формы и методы обучения, применяемые общие дидактические принципы (приложение Б).

Рассматриваемые нами блоки были подобраны с учетом проведенного нами анкетирования и состояли из ключевых элементов, формирующих мотивацию обучающихся к занятием физической культурой.

Наблюдение показало, что занятия по физической культуре посещает 61% от общего числа обучающихся группы, остальные 39% занятия не посещают (рис. 19).

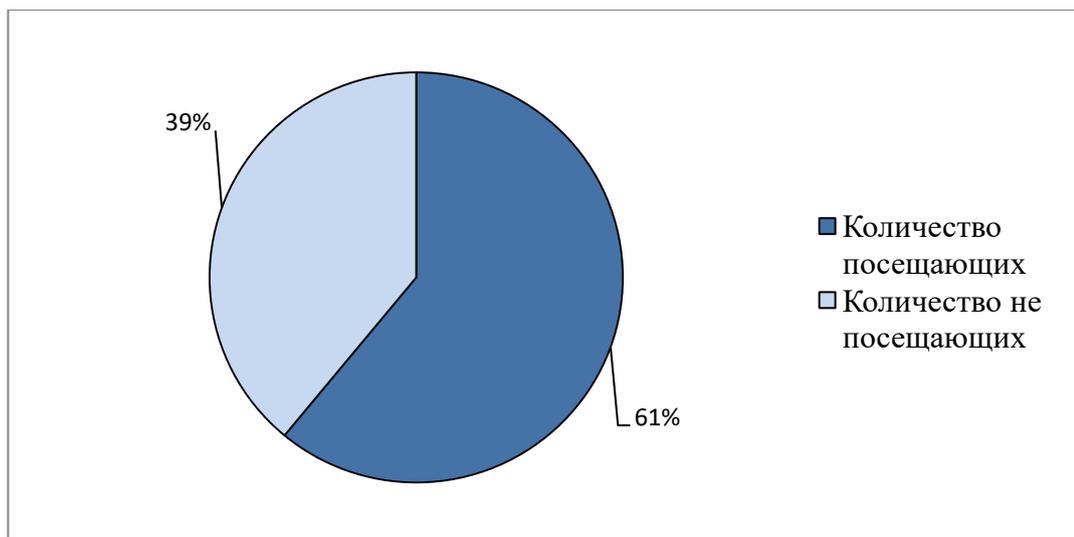


Рисунок 19 – Посещаемость обучающимися занятия по физической культуре

На основании материально-технической базы образовательного учреждения на занятиях по физической культуре применяется следующий спортивный инвентарь: карематы, скакалки, волейбольные мячи, баскетбольные мячи, футбольные мячи, медболы, гимнастические палки.

Согласно протоколам наблюдений, чаще всего использовались волейбольные мячи, далее по убыванию карематы, скакалки, баскетбольные мячи и медболы, гимнастические палки и футбольные мячи (рис. 20).

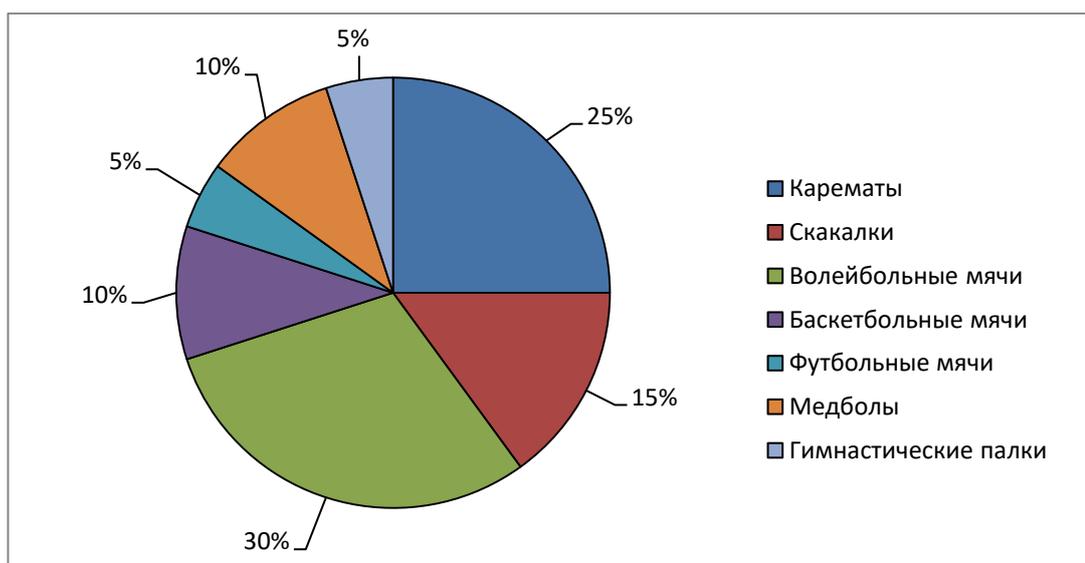


Рисунок 20 – Спортивный инвентарь, применяемый на занятиях физической культурой

Во время проведения занятий, нами было зафиксировано использование ранее изученных приемов мотивации, таких как словесное поощрение, приём «студент-преподаватель», демонстрация достижений обучающихся, процесс мотивирования студентов личным примером преподавателя. Соотношение используемых приемов показано на рисунке 21.

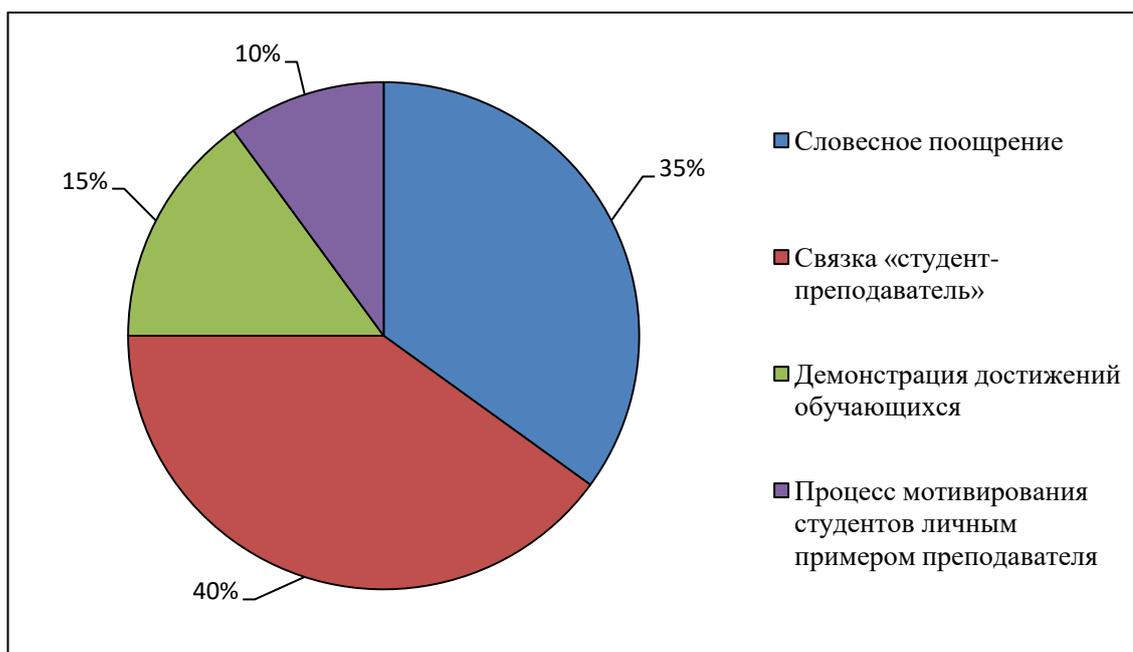


Рисунок 21 – Использование приемов мотивации обучающихся

Анализ применяемых форм и методов обучения показал, что преподаватели используют формы обучения в виде занятий по физической культуре, физкультурные мероприятия, внеклассная работа - секционные занятия по видам спорта. Соотношение используемых форм обучения показано на рисунке 22.

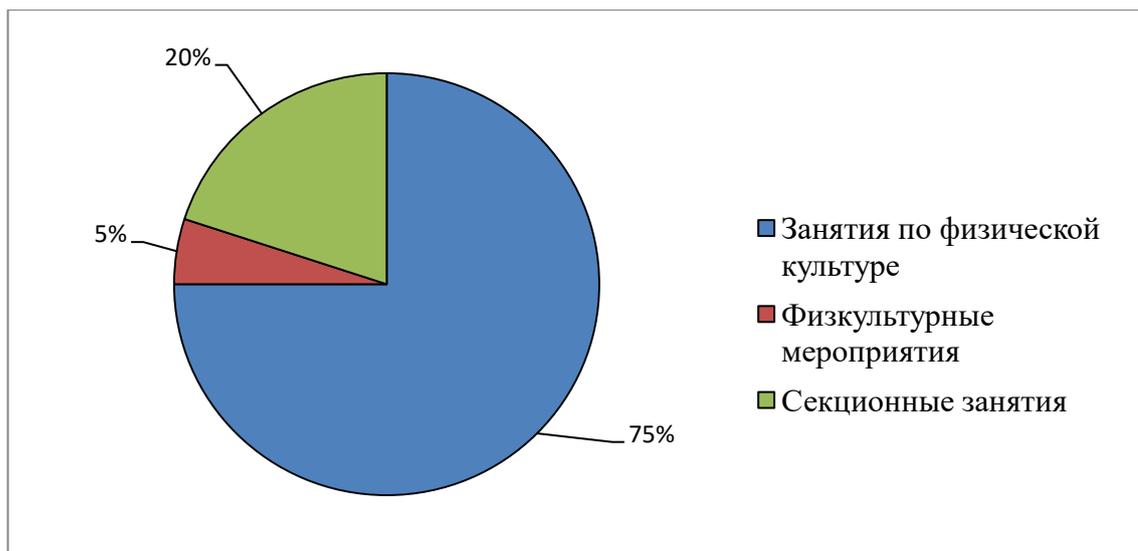


Рисунок 22 – Применяемые формы обучения

Основные методы, которые использовали преподаватели на занятиях по физической культуре, были фронтальный, поточный, круговой, соревновательный и переменный. Соотношение используемых методов обучения показано на рисунке 23.

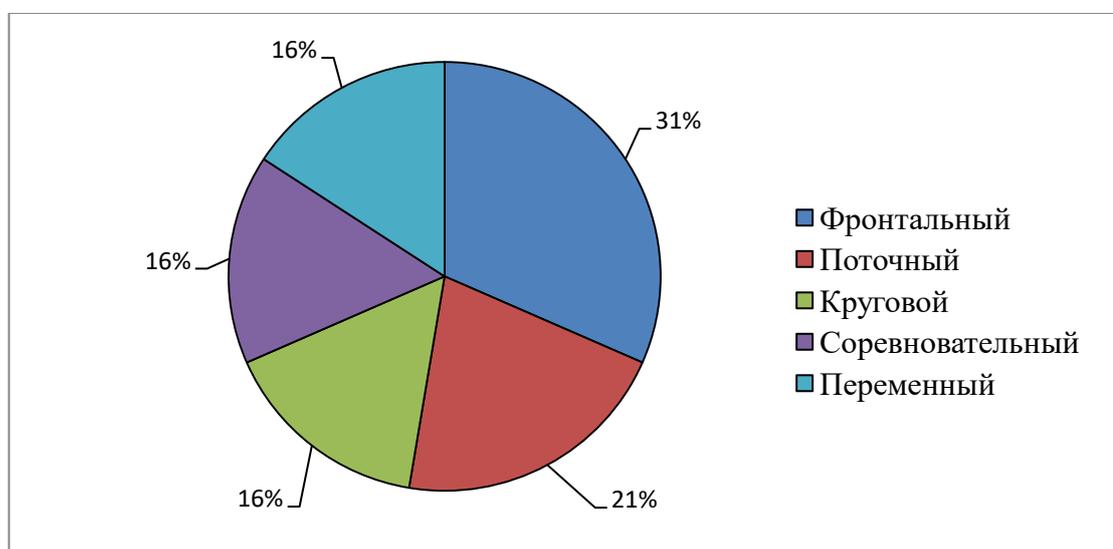


Рисунок 23 – Применяемые методы обучения

Применяемые общие дидактические принципы составили соотношение: принцип целостности – 25%, принцип доступности – 35% и принцип наглядности – 40% (рис. 24)

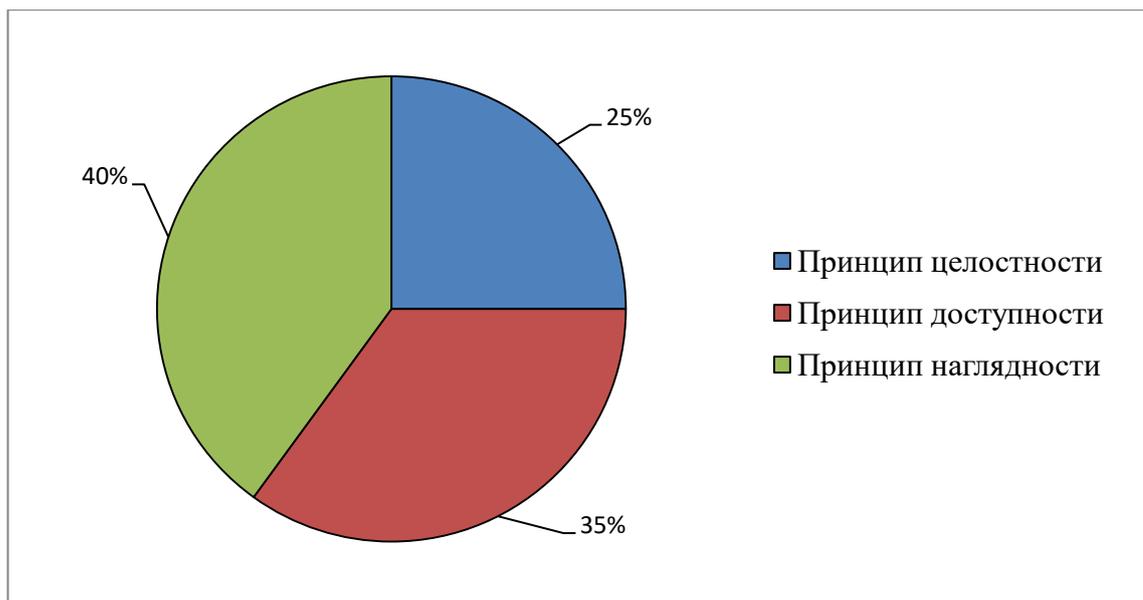


Рисунок 24 – Применяемые общие дидактические принципы

* * *

Завершая параграф 3.2. «Анализ образовательного процесса по физической культуре в среднем профессиональном образовании и подбор приёмов мотивации» можно сделать следующий вывод:

Нами было проведено 38 наблюдений. На основании полученных данных нами было выявлено, что 39% обучающихся не посещают обязательных занятий по физической культуре.

Чаще всего в качестве спортивного инвентаря преподавателями физической культуры используются волейбольные мячи и карематы.

Также нами было зафиксировано применение приемов мотивации. Чаще всего использовались приемы словестного поощрения и связка «студент-преподаватель».

По данным наблюдения, основной формой обучения является занятия по физической культуре, а основным методом обучения является фронтальный метод.

Основным применяемым общим дидактическим принципом выявлен принцип наглядности.

3.3. Повышение уровня мотивации студентов среднего профессионального образования к занятиям физической культурой с использованием приёмов мотивации в образовательном процессе

По результатам анкетирования и педагогического наблюдения мы убедились в необходимости повышения уровня мотивации студентов среднего профессионального образования к занятиям физической культурой.

С целью повышения уровня мотивации к занятиям по физической культуре нами был проведен педагогический эксперимент, который продолжался с января по апрель 2023 года. В эксперименте принимали участие 2 группы обучающихся первых курсов по 25 человек в возрасте от 16 лет до 17 лет. Эксперимент проходил на базе Красноярского Политехнического техникума.

Для повышения уровня мотивации студентов к занятиям физической культурой мы использовали приемы рейтинговой системы оценки, приём включения студентов в образовательный процесс и поощрения. На основании проведенного анкетирования были учтены запросы студентов, исходя из которых, мы изменили структуру занятий в экспериментальной группе. А именно, уменьшили продолжительность подготовительной части и старались чаще задействовать игровые виды спорта, не отклоняясь от тематики занятий, согласно рабочей программы.

Далее нами был разработан Рейтинг-план (Приложение В), основанный на образовательном процессе обучающихся.

Рейтинг-план включает в себя:

1. Таблицу посещаемости занятий (дата занятия и отметка о посещении занятия);

2. Таблица проведения элемента подготовительной части занятия (упражнения: в ходьбе, в беге, прыжковые, ОРУ на месте) с учетом количества проведенных;

3. Таблица учета подготовленных докладов, соответствующих изучаемой тематике занятий;

4. Нормативы испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса (ГТО) (прыжок в длину с места, подтягивания/отжимания, подъёмы туловища за минуту, наклон на гимнастической скамье, челночный бег);

5. Таблица учета проведения в заключительной части занятия элемента физической культуры (комплекс упражнений на развитие физических качеств, подвижная игра, элементы нейрофитнеса, дыхательные упражнения и т.д.).

В рейтинг-плане представлены все критерии и их количество, которые необходимо выполнить обучающимся для получения аттестации за месяц. Проведение студентами элементов подготовительной части занятия, подготовка и проведение ими заключительной части занятия – отражает в себе метод включения студентов в образовательный процесс. Метод поощрения проявлялся следующим образом: обучающийся, своевременно закрывший все пункты рейтинг-плана за каждый учебный месяц получает на зачете наивысшую оценку автоматически, без сдачи зачетных нормативов и без устного ответа на билет.

Перед началом педагогического эксперимента нами были проанализированы учебные журналы участников контрольной и экспериментальной группы за предыдущий семестр. Анализ учебных журналов проводился по следующим критериям:

1. Успеваемость обучающихся;
2. Посещаемость обучающихся.

Из приведенных данных в таблицах 1 и 2 видно, что контрольная и экспериментальная группы практически равны.

Таблица 1 – Результаты анализа учебного журнала в экспериментальной группе до проведения педагогического эксперимента

Критерии оценки	Посещаемость занятий, %	Успеваемость, в баллах
ФИО обучающегося		
1	85	5
2	81	5
3	55	3,3
4	51	3,1
5	64	4,5
6	32	2,2
7	56	3,3
8	38	2,3
9	79	4,9
10	53	3,2
11	81	5
12	67	4,4
13	34	2,3
14	78	4,9
15	56	3,3
16	42	2,8
17	73	4,8
18	53	3,2
19	68	3,8
20	26	2
21	88	5

22	46	2,7
23	84	5
24	48	2,8
25	51	3
Среднее значение	60	3,68

Таблица 2 – Результаты анализа учебного журнала в контрольной группе до проведения педагогического эксперимента

Критерии оценки	Посещаемость занятий, %	Успеваемость, в баллах
ФИО обучающегося		
1	56	3,2
2	74	5
3	57	3,7
4	36	2,3
5	85	5
6	63	3,8
7	33	2,2
8	48	2,9
9	76	5
10	59	3,9
11	78	5
12	31	2
13	86	5
14	84	5
15	52	3,4
16	55	3,5
17	64	4,2
18	58	3,7

19	57	3,7
20	78	4,8
21	61	4,1
22	59	3,2
23	85	5
24	58	3,4
25	34	2,3
Среднее значение	61	3,8

По окончании педагогического эксперимента было проведен повторный анализ учебных журналов. Проанализировав данные, мы увидели, что в течение четырех месяцев данные экспериментальной группы заметно улучшились. Данные приведены в таблицах 3 и 4.

Таблица 3 – Результаты средних значений контрольной и экспериментальной групп до педагогического эксперимента

Группа	Экспериментальная группа (СТ-22)	Контрольная группа (ЛС-22)
Критерии оценки		
Посещаемость занятий:	60%	61%
Процент успеваемости:	84%	84%
Процент качества знаний (% обучающихся с 4 и 5):	44%	64%
Степень обученности:	58.08%	62.24%
Средний балл:	3.64 (72,8%)	3.8 (76%)

Таблица 4 – Результаты анализа учебных журналов в экспериментальной группе после проведения педагогического эксперимента.

Критерии оценки	Посещаемость занятий, %	Успеваемость, в баллах
ФИО обучающегося		
1	95	5
2	90	5
3	80	4,9
4	69	4,1
5	75	4,5
6	60	3,8
7	25	2
8	59	3,4
9	80	5
10	70	4,2
11	81	5
12	73	4,3
13	70	4,2
14	80	5
15	76	4,5
16	74	4,5
17	80	4,8
18	76	4,2
19	75	4,1
20	30	2
21	85	5
22	78	4,6
23	84	5
24	78	4,1

25	71	4
Среднее значение	73,8	3,68

Таблица 5 – Результаты анализа учебных журналов в контрольной группе после проведения педагогического эксперимента.

Критерии оценки	Посещаемость занятий, %	Успеваемость, в баллах
ФИО обучающегося		
1	54	3,3
2	78	4,7
3	63	3,7
4	30	2
5	84	5
6	70	3,9
7	25	2
8	54	3,2
9	70	4,1
10	61	3,9
11	80	4,8
12	26	2
13	82	5
14	85	5
15	56	3,5
16	60	3,6
17	78	4,8
18	50	3,4
19	49	3,3
20	79	4,8
21	63	3,5

22	55	3,3
23	85	5
24	58	3,6
25	54	3,3
Среднее значение	62	3,8

Таблица 6 – Результаты средних значений контрольной и экспериментальной групп после педагогического эксперимента.

Группа	Экспериментальная группа (СТ-22)	Контрольная группа (ЛС-22)
Критерии оценки		
Посещаемость занятий:	73,8%	62%
Процент успеваемости:	92%	88%
Процент качества знаний (% обучающихся с 4 и 5):	88%	64%
Степень обученности:	77.76%	63.04%
Средний балл:	4.32 (86,4%)	3.84 (76,8%)

Прирост результатов посещаемости занятий после педагогического эксперимента в контрольной группе составил 1%, а в экспериментальной 13,8% (рис. 25). Прирост процента успеваемости в контрольной группе составил 4 %, а в экспериментальной 8 %. Процент качества знаний в контрольной группе повысился на 0 %, а в экспериментальной на 44 %. Повышение степени обученности в контрольной группе составило 0,96%, а в экспериментальной 19,7 %. Прирост среднего балла в контрольной группе составил 0,8 %, а в экспериментальной группе 13,6 %.

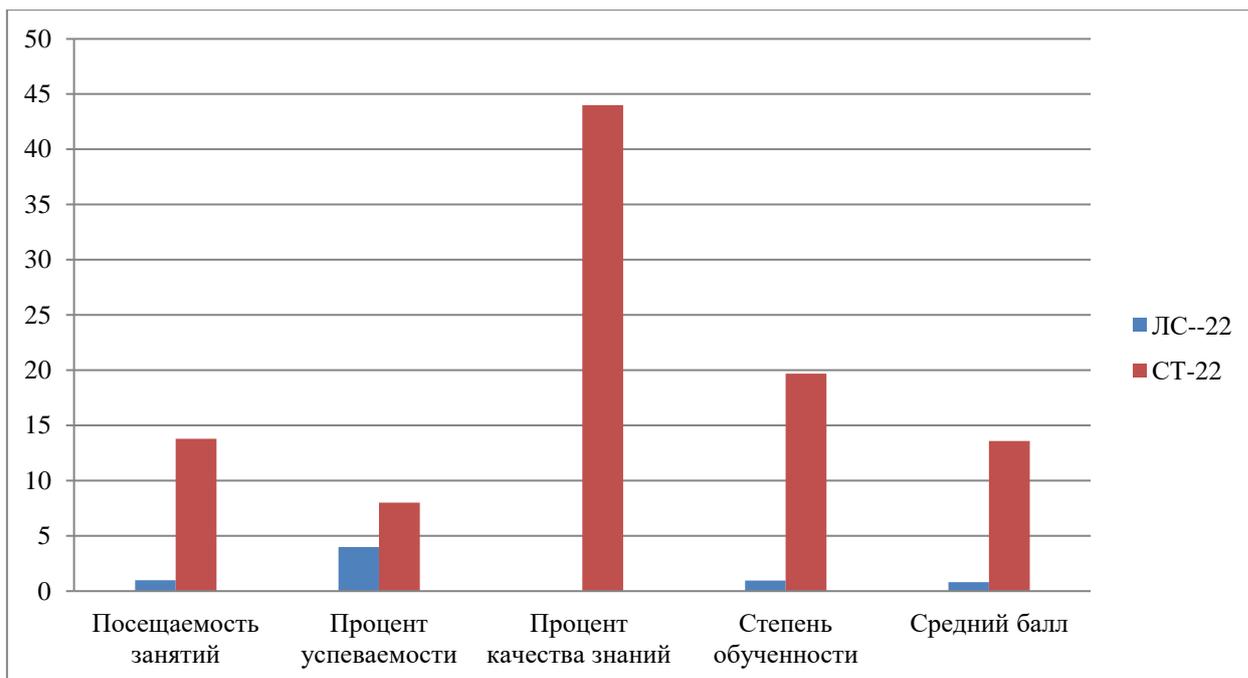


Рисунок 25 – Прирост результатов в контрольной и экспериментальной группе после педагогического эксперимента

Проведя статистическую обработку результатов исследования, приведенных в таблице 7, мы пришли к выводу, что в контрольной группе за время проведения педагогического эксперимента прирост результатов оказался не достоверным во всех критериях. В экспериментальной группе прирост результатов посещаемости занятий ($p < 0,05$), и прирост результатов успеваемости, в баллах ($p < 0,01$) оказались достоверными. Полученные результаты свидетельствуют о том, что внедрение в образовательный процесс экспериментальной группы, выбранных нами приёмов повышения мотивации к занятиям физической культурой, является эффективным.

Таблица 7 – Статистическая обработка результатов педагогического эксперимента в контрольной и экспериментальной группе

Критерии оценки	До эксперимента	После эксперимента	t	p
Посещаемость занятий, %	К 61,08±2,86	61,96±3,12	0,208	Не дост.
	Э 59,56±3,22	72,56±3,64	2,677	<0,05
Успеваемость, в баллах	К 3,81±0,16	3,79±0,16	0,109	Не дост.
	Э 3,67±0,16	4,29±0,16	2,795	<0,01

* * *

Завершая параграф 3.3. «Повышение уровня мотивации студентов среднего профессионального образования к занятиям физической культурой с использованием приёмов мотивации в образовательном процессе» можно сделать следующий вывод:

Применение подобранных нами приемов мотивации в учебном процессе студентов среднего профессионального образования является эффективным, о чем говорят результаты статистической обработки данных и результаты среднего прироста в контрольной и экспериментальной группе.

Обработав полученные данные педагогического эксперимента, мы можем сделать вывод, что после проведения педагогического эксперимента результаты контрольной группы практически не изменились, в то время как в экспериментальной группе видна положительная динамика по всем критериям оценки. Так прирост результатов посещаемости занятий в экспериментальной группе составил 13,8%, прирост процента успеваемости 8 %, процент качества знаний повысился на 44 %, степень обученности возросла на 19,7 %, прирост среднего балла составил 13,6 %.

Проведя статистическую обработку результатов исследования, можно сделать вывод, что прирост результатов критериев оценки в контрольной группе возрос не достоверно. В экспериментальной группе прирост результатов посещаемости занятий ($p < 0,05$), и прирост результатов успеваемости, в баллах ($p < 0,01$) оказались достоверными. Из этого следует, что примененные нами приемы повышения мотивации являются эффективными.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Рассмотрена и изучена научно-методическая литература по темам организации образовательного процесса по физической культуре в среднем профессиональном образовании, изучены литературные источники раскрывающие значение мотивации в образовательном процессе, и рассмотрены приёмы мотивации, для дальнейшего выбора и применения в педагогическом эксперименте наиболее эффективных из них.

В ходе работы, нами были подобраны приемы повышения мотивации студентов среднего профессионального образования: прием рейтинговой системы оценки, прием включения студентов в образовательный процесс и прием поощрения.

По результатам исследования контрольной и экспериментальной группы, определены посещаемость занятий и успеваемость студентов. Студенты экспериментальной группы значительно чаще посещали занятия физической культурой и стали работать на занятиях с большим интересом, о чем свидетельствует выросшая успеваемость.

Эффективность примененных нами приемов говорит о том, что их можно использовать в учебном процессе студентов среднего профессионального образования, для повышения уровня мотивации. По результатам исследования видно, что посещаемость занятий и успеваемость в экспериментальной группе выросли, а в контрольной нет в соответствии с табличным значением Т-критерия Стьюдента. После проведения педагогического эксперимента результаты контрольной группы недостоверны. В экспериментальной группе прирост посещаемости занятий $p < 0,05$, так же как и успеваемость, в баллах $p < 0,01$, достоверны.

Примененные приемы повышения мотивации на занятиях физической культуры практически оправдали себя, способствуя повышению посещаемости занятий и улучшению успеваемости, что

благоприятно сказывается на общем образовательном процессе студентов среднего профессионального образования.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Повышение мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом [Электронный ресурс] URL: <https://infourok.ru/povyshenie-motivacii-studentov-k-zanyatiam-fizicheskoy-kulturoj-i-sportom-4591072.html> (дата обращения: 04.03.2022).
2. Корнева Е.В., Учебное пособие для ВУЗов. М.: Физическая культура «Феникс», 2005. – 269с.
3. Беляничева, В. В. Формирование мотивации занятий физической культурой у студентов / В. В. Беляничева, Н. В. Грачева // Физическая культура и спорт: интеграция науки и практики : межвузовский сборник научных трудов / Федеральное агентство по образованию, Саратовский государственный университет им. Н. Г. Чернышевского. Том Выпуск 2. – Саратов : ИЦ "Наука", 2009. – С. 14-20.
4. Физическая культура в образовательных организациях среднего профессионального образования [Электронный ресурс] URL: https://bstudy.net/784894/sport/fizicheskaya_kultura_obrazovatelnyh_organizatsiyah_srednego_professionalnogo_obrazovaniya
5. Физическая культура и спорт в системе среднего профессионального образования [Электронный ресурс] URL: <https://videouroki.net/razrabotki/fizichieskaia-kul-tura-i-sport-v-sistiemie-sriedniegho-professional-nogho-obraz.html>
6. Ашмарин Б.А. - Теория и методика физического воспитания: Учебник. - М.:Академия,2004.-287с.
7. Ашмарин Г.А. - Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании: Учебное пособие - М.: Академия,2005.-287с.
8. Бишаева, А.А. Физическая культура: учебник для СПО/ А.А. Бишаева. – М.: Издательский центр «Академия», 2015. – 272 с.
9. Концепция физического воспитания детей и подростков // Физическая культура: Научно-методический журнал. - 2006. - № 1. - С. 5-10.

10. Федеральный закон от 04.12.2007 N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" (принят ГД ФС РФ 16.11.2007) [Электронный ресурс] URL: <https://duma.consultant.ru/documents/939326?items=1&page=63>
11. Фомин Н.А. Возрастные особенности физического воспитания: Учебное пособие. - М.: Академия, 2007.-275с.
12. Соколова, Т. М. Место профессионально-прикладной физической подготовки в системе среднего профессионального образования / Т. М. Соколова, А. П. Кожиров // Международный научно-исследовательский журнал. – 2021. – № 5-4(107). – С. 135-138. – DOI 10.23670/IRJ.2021.107.5.128.
13. Конышев А.Ю. Формирование морально-волевых качеств подростка при занятиях физической культурой и спортом // Современные спортивные технологии (актуальные вопросы подготовки спортивного резерва): сб. материалов VI Межрегионал. науч.-практ. конф. Йошкар-Ола: ГБПОУ Республики Марий Эл «Училище олимпийского резерва», 2018. С. 92–97.
14. Безруких М.М. Возрастная физиология (физиология развития ребенка): учебное пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. / М.М. Безруких, В.Д. Сонькин, Д.А. Фарбер. – Москва : Академия, 2002. – 416 с.
15. Тинт, А.А. Физическое состояние студентов специальной медицинской группы с учетом соматотипов / А.А. Тинт // Сибирский учитель. – 2018. – №5 (12). – С. 42–46.
16. Физическая культура в системе жизнедеятельности человека : материалы Всерос. науч.-практ. конф., Оренбург, 27-28 окт. 2005 г. / [редкол. В. А. Востриков, С. С. Коровин, Н. В. Сократов]. - Оренбург : Изд-во ОГПУ, 2005 (Оренбург : Изд-во ОГПУ). - 287 с.
17. Физкультура и спорт. Учебник для институтов физической культуры//Под. Ред. Ю.М. Портнова. - М.: 1998. - 350с.

18. Ильин, Е. П. Психология физического воспитания : Учеб. для ин-тов и фак. физ. культуры / Е. П. Ильин; Рос. гос. пед. ун-т им. А. И. Герцена. - СПб. : Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2000. - 486 с
19. Ерохова Н. В. Процесс становления интереса у студентов к занятиям физической культурой // Дискуссия. 2017. № 2 (76). С. 80-84.
20. Колькина Е. А., Фоменко Е. Г., Новоселова Г. А. Психолого-педагогические аспекты физического воспитания студентов современного вуза // Педагогический журнал. 2019. Т. 9. № 3А. С. 11-16.
21. Наговицын Р. С. Мотивация студентов к занятиям физической культурой в вузе // Фундаментальные исследования. 2018. № 8-2. С. 293-298.
22. Рахматов А. И. Некоторые аспекты повышения интереса студентов вузов к занятиям физической культурой // Образование и воспитание. 2018. № 5 (20). С. 68-70.
23. Софронов И. Л. Педагогические условия формирования интереса к занятиям физической культурой и спортом у студентов // Вестник Чувашского государственного педагогического университета им. И. Я. Яковлева. 2018. № 2-2. С. 223-228.
24. Додонова, Л. П. Разнокачественная характеристика студентов, определяющая результативность их физкультурно-оздоровительной деятельности / Л. П. Додонова, А. А. Тинт // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 5(195). – С. 110-120. – DOI 10.34835/issn.2308-1961.2021.5.p110-121.
25. Бахарева Е.В. Формирование мотивации к занятиям физической культурой у школьников / Е.В. Бахарева, Л.В. Иванова, Е.А. Коваленко // Евразийский научный журнал. – 2015. – № 7. – С. 1–6.
26. Однорог (Тинт), А.А. Отношение студентов к занятиям физической культурой при взаимодействии с педагогом / А.А. Однорог (Тинт) // Стратегия формирования здорового образа жизни средствами физической культуры и спорта : опыт и перспективы развития : материалы XII

Всероссийской научно-практической конференции / Часть 1. – Тюмень : Вектор Бук, 2014. – С. 260–262

27. Орлов, Ю.М. Потребностно-мотивационные факторы эффективности учебной деятельности студентов вуза : дис. ... д-ра психол. наук / Орлов Юрий Михайлович. – Москва, 1984. – 525 с.

28. Бордовская Н. В. Педагогика [Текст] : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Н. Бордовская, А. Реан. - Москва [и др.] : Питер, 2015. - 299 с.

29. Психолого-педагогическое обеспечение интереса к занятиям физической культурой и спортом у студентов / Д. В. Нарядко, А. Е. Стукалова, Е. Р. Филонова, И. В. Половодов // Наука-2020. – 2021. – № 5(50). – С. 157-162.

30. Барановская Д.И., Роль физкультурных занятий в формировании мотивации к занятиям физической культурой студенческой молодежи. Актуальные проблемы оздоровительной физической культуры и спорта для всех на современном этапе: матер. VIII междуна. науч. сессии по итогам НИР за 2004 г.- Минск. БГУФК, 2005. - С. 13-16.

31. Посашкова О.Ю., Мотивация студентов к физической культуре. В сборнике: Традиции и инновации в строительстве и архитектуре. Социально-гуманитарные и экономические науки сборник статей. М.: СГАСУ. Самара, 2015. С. 135-137.

32. Гуров, И. Б. Формирование мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом / И. Б. Гуров, В. Н. Галлер // Материалы докладов 48 Международной научно-технической конференции преподавателей и студентов, посвященной 50-летию университета : в 2 т., Витебск, 29 апреля 2015 года / Витебский государственный технологический университет. Том 2. – Витебск: Витебский государственный технологический университет, 2015. – С. 120-121.

33. Мотивация обучения студентов профессиональных учреждений [Электронный ресурс] URL: [file:///C:/Users/-B9C2~1/AppData/Local/Temp/Rar\\$DIa1568.35206/ped98.pdf](file:///C:/Users/-B9C2~1/AppData/Local/Temp/Rar$DIa1568.35206/ped98.pdf)
34. Гавришова Е.В. К вопросу об исследовании мотивации студентов, мотивированных на успех и избегающих неудач, к двигательной активности / Е.В. Гавришова, А.А. Горелов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2013. – № 8 (102). – С. 48–52.
35. Додонова Л.П. Проблема представления человека как целого и ее междисциплинарное решение / Л.П. Додонова // Ценности и смыслы. – 2016. – № 2 (42). – С. 36–53.
36. Зинченко Е.А. Целеполагание и мотивация на учебном занятии в СПО / Е.А. Зинченко, В.П. Найденова, Л.П. Клышникова // Новая наука : История становления, современное состояние, перспективы развития : сборник статей Международной научно-практической конференции. В 2 ч. Часть 1. – Уфа : Аэтерна, 2020. – С. 145–146.
37. Малошонок Н.Г. Учебная мотивация студентов российских вузов: возможности теоретического осмысления / Н.Г. Малошонок, Т.В. Семенова, Е.А. Терентьев // Вопросы образования. – 2015. – № 3. – С. 92–121.
38. Блинов В. И., Сергеев И. С. Модели смешанного обучения в профессиональном образовании: типология, педагогическая эффективность, условия реализации // Профессиональное образование и рынок труда. 2021. № 1. С. 4–25. <https://doi.org/10.24412/2307-4264-2021-01-04-25>.
39. Формирование физической активности студентов СПО с учетом индивидуальных особенностей средствами легкоатлетических упражнений [Электронный ресурс] URL: <https://infourok.ru/formirovanie-fizicheskoy-aktivnosti-studentov-spo-s-uchetom-individualnyh-osobennostej-sredstvami-legkoatleticheskikh-uprazhnenij-4476914.html>
40. Кузнецов, Ю.В. Педагогические условия совершенствования физического воспитания студентов факультетов нефизкультурного профиля

педвузов: автореф. дис. ... канд. пед. наук. / Ю.В. Кузнецов. - Чебоксары, 2008. - 23 с.

41. Кузьмин, А.М. Воспитание студентов вуза физической культуры: проблемы и перспективы развития / А.М. Кузьмин. - Челябинск.: УралГУФК, 2012. - 204 с.

42. Ечевская Ольга Валентиновна Повышение эффективности занятий студентов специальной медицинской группы с использованием средств оздоровительной аэробики (на примере тогаоу СПО «Педагогический колледж г. Тамбова») // Вестник ТГУ. 2012. №10. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/povyshenie-effektivnosti-zanyatiy-studentov-spetsialnoy-meditsinskoj-gruppy-s-ispolzovaniem-sredstv-ozdorovitelnoy-aerobiki-na> (дата обращения: 26.01.2023).

43. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы [Электронный ресурс] / Е. П. Ильин. - Санкт-Петербург : Питер, 2000. - 512 с

44. Беляева, Л. А. Реализация индивидуальной образовательной траектории обучающихся СПО на занятиях по дисциплине "Физическая культура" в процессе организации развивающего пространства / Л. А. Беляева, И. Н. Петровых // Современная высшая школа: инновационный аспект. – 2015. – № 2. – С. 90-100. – DOI 10.7442/2071-9620-2015-2-90-100.

45. Щелокова, О. С. Физическое воспитание как неотъемлемая часть учебно-воспитательного процесса / О. С. Щелокова // Образование. Карьера. Общество. – 2013. – № 3(39). – С. 37-38.

46. Родионов А. В. Психология физического воспитания и спорта : учеб. для студентов вузов физкультур. профиля / А. В. Родионов. - Москва : Фонд Мир : Акад. проект, 2004 (Киров : ОАО Дом печати - Вятка). – 570 с.

47. Бучнев, С. С. Совершенствование физического воспитания будущих специалистов : автореферат дис. ... кандидата психологических наук : 19.00.13 / Бучнев Сергей Сергеевич; [Место защиты: Рос. акад. гос. службы при Президенте РФ

48. Сырвачева, И.С. Мотивация самостоятельных занятий физическими упражнениями / Физическая культура, здоровье: проблемы, перспективы, технологии: матер. реч. науч. конф. ДВГУ. Владивосток, 2003. С. 108-111.
49. Современные проблемы образования, физического воспитания и здоровья молодежи: м-лы I общероссийской научно-практической конференции молодых ученых и студентов / под науч. ред. С. А. Марчук, канд. пед. наук; [сост. А. В. Евсеев, Н. А. Линькова, Я. В. Чуб]. - Екатеринбург: Изд-во УрГУПС, 2015. - Вып. 1(206). - 246с.
50. Бриленок, Н. Б. Педагогические условия повышения мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом / Н. Б. Бриленок // Форум молодых ученых. – 2020. – № 2(42). – С. 51-56.

Анкета для оценки мотивации студента к занятиям физической культурой

Уважаемый респондент! Вам предлагается заполнить анкету на тему «Оценка мотивации студента к занятиям физической культурой».

Внимательно прочтите вопросы, выберете наиболее подходящий для Вас ответ и поставьте галочку в соответствующее поле. Опрос анонимный.

1. Довольны ли Вы своим здоровьем?

- Очень доволен/довольна;
- Доволен/довольна;
- Совсем недоволен/недовольна;

Другое: _____

2. Делаете ли Вы зарядку по утрам?

- Да;
- Иногда;
- Нет.

3. Как Вы оцениваете уровень своей физической подготовки?

- Высокий;
- Средний;
- Низкий;

Другое: _____

4. Оцените, соответствует ли Ваш образ жизни здоровому образу жизни:

- Да;
- Нет;
- Затрудняюсь ответить.

5. Что для Вас физическая культура?

6. Посещаете ли Вы занятия по физической культуре?

- Посещаю регулярно;
- Посещаю по мере возможности;
- Крайне редко;

Другое: _____

7. Если Вы не посещаете занятия по физической культуре, укажите причины:

- Плохая организация занятий;
- Чрезмерные нагрузки;
- Устаревшее спортивное снаряжение, техническое оснащение залов и раздевалок;
- Отсутствие интереса к предмету;

Другое: _____

8. Чем Вы больше всего любите заниматься на физической культуре?

- Гимнастика;
- Легкая атлетика;
- Игровые виды спорта (волейбол, баскетбол, настольный теннис, футбол);
- Другие виды спорта.

9. Посещаете ли Вы спортивный (тренажерный) зал вне учебного времени?

- Да;
- Редко;
- Нет.

10. Какие чувства Вы испытываете, посещая занятия по физической культуре?

- Радость и вдохновение;
- Приподнятое настроение;

Усталость, безразличие, напряжение;

Другое: _____

11. Нравится ли Вам существующая форма проведения занятий по физической культуре?

Нравится;

Не нравится;

Мне это безразлично, лишь бы пара быстрее закончилась;

12. Принимаете ли Вы участия в каких-либо спортивных соревнованиях, спартакиадах, забегах?

Да, постоянно;

Иногда;

Никогда не участвовал.

13. Физическая культура и спорт для меня это:

Путь к самореализации;

Единственный способ быть в форме, источник бодрости и сил;

Занятие по необходимости (для получения зачета);

Другое: _____

14. Представьте себе, что Вам дали возможность составить расписание. Какое количество занятий по физической культуре входило бы в Ваше расписание?

Ни одного;

Одно;

Два и более.

Другое: _____

15. Чувствуете ли Вы потребность в занятиях физической культурой и ведении здорового образа жизни?

Да, конечно;

Не чувствую;

Сила есть, воля есть, а желания нет;

Другое: _____

16. Сколько часов в день Вы тратите на занятие физической культурой и спортом?

30 минут;

1-2 часа;

Другое: _____

17. Укажите, что повысило бы Ваш интерес к посещению занятий физической культурой:

18. Укажите, что, по Вашему мнению, необходимо изменить в текущих занятиях физической культурой:

19. Имеете ли Вы какие-либо награды, достижения в спорте?

20. Укажите Ваш пол:

Мужской;

Женский.

21. Укажите Ваш возраст: _____

22. К какой группе здоровья Вы относитесь:

Основная (ограничений по здоровью нет);

Подготовительная (есть небольшие ограничения);

Специальная (есть значительные ограничения).

Спасибо за участие!

ПРОТОКОЛ
ПЕДАГОГИЧЕСКОГО НАБЛЮДЕНИЯ
ЗА ПРОВЕДЕНИЕМ ЗАНЯТИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Наблюдение проводил: *магистрант Акинин И.А.*

Дата проведения: « ____ » _____ 2022 г.

Ведущий преподаватель: _____

Общее количество обучающихся в группе: ____ *учащихся*

Количество присутствующих: ____ *учащихся*

Время проведения занятия: _____

Место проведения: *спортивный зал КГБПОУ Красноярского политехнического техникума*

Применяемые технические средства: _____

Согласно конспекта занятия, преподавателем на его части отведен следующий объем времени:

- подготовительная часть – _____ мин.

- основная часть – _____ мин.

- заключительная часть – _____ мин.

Проведение занятия

Проведение подготовительной части

Проведение основной части занятия

Проведение заключительной части занятия

Используемые приемы мотивации:

Применяемые формы и методы обучения

Применяемые общие дидактические принципы

Выводы:

Рейтинг-план обучающегося группы _____

Ф.И.О. _____

_____ (месяц)

Уважаемый студент! Для успешного получения аттестации за месяц Вам необходимо выполнить следующие задания:

1. Посещаемость занятий:

Дата						
Отметка о посещении						

2. Проведение не менее 2х раз, элемента разминочной части на выбор (упражнения: в ходьбе, в беге, прыжковые, ОРУ на месте).

Дата		
Элементы разминки		
Отметка о выполнении		

3. Подготовить 2 доклада в письменном виде, согласно тематике занятий (тема берется на занятии у преподавателя).

Дата		
Тема доклада		
Отметка о выполнении		

4. Нормативы испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса (ГТО)

Дата	Прыжок в длину с места	Подтягивания/отжимания	Подъемы туловища за минуту	Наклон на гимн. скамье	Челночный бег
Результат					
Отметка о выполнении					

5. Придумать интересный и оригинальный вариант заключительной части занятия (не более 5 минут). Задание выполняется в группе по 3 человека.

Примеры: комплекс упражнений на развитие какого либо физического качества, подвижная игра, элементы нейрофитнеса, дыхательные упражнения и т.д.)

Дата	
Название	
Отметка о выполнении	

Итоговая оценка _____