

СПОРТИВНАЯ МОТИВАЦИЯ СТУДЕНТОВ РАЗЛИЧНЫХ ВУЗОВ РОССИИ

**Курдина В.А., Торопова Е.А., Егорьева Е.А., студенты 3 курса
факультета ветеринарной медицины**

**Научный руководитель – Гайнутдинов А. А., старший
преподаватель**

ФГБОУ ВО Казанская ГАВМ им. Н.Э. Баумана

***Ключевые слова:** физическая нагрузка, спортивная мотивация, здоровый образ жизни, социологический опрос.*

Работа посвящена определению уровня популярности физической активности среди студентов и их заинтересованности во включении спорта в повседневную жизнь. Исследование проводилось с помощью онлайн-опроса Google Opinion Rewards, опрос проходил среди лиц, проживающих в разных городах России. В ходе анализа социологического опроса привели статистику интереса к физическим нагрузкам и здоровым привычкам людей в возрасте от 18 до 25 лет, выявили замотивированность студентов к здоровому образу жизни.

Введение. Спортивная мотивация – это фактор, который побуждает человека к занятию спортом; она может быть внешней и внутренней. Внутренняя мотивация – это мотивация, которая исходит изнутри человека. Она связана с желанием достижения цели и удовлетворением от процесса занятий. Внешняя мотивация – это мотивация, которая исходит от внешних факторов, таких как награды, призы, похвала со стороны окружающих [1]. Следовать принципам здорового образа жизни, в определение которого в обязательном порядке входит физическая активность, без достаточного уровня спортивной мотивации сложно, поэтому в настоящее время популярна пропаганда здорового образа жизни, что вызвано возрастанием и изменением характера нагрузок на организм человека в связи с усложнением общественной жизни, увеличением рисков техногенного, экологического, психологического, политического и военного

характера, провоцирующих негативные сдвиги в состоянии здоровья [2].

Цель работы. Определить популярность физической активности среди учащейся молодёжи, выявить факторы, снижающие спортивную мотивацию у студентов.

Результаты исследований. В сумме опрос прошли 132 человека. Изучив результаты опроса, мы видим из рисунка 1, что наибольшее количество респондентов, участвовавших в опросе, занимаются спортом и ведут активный образ жизни (82 человека).

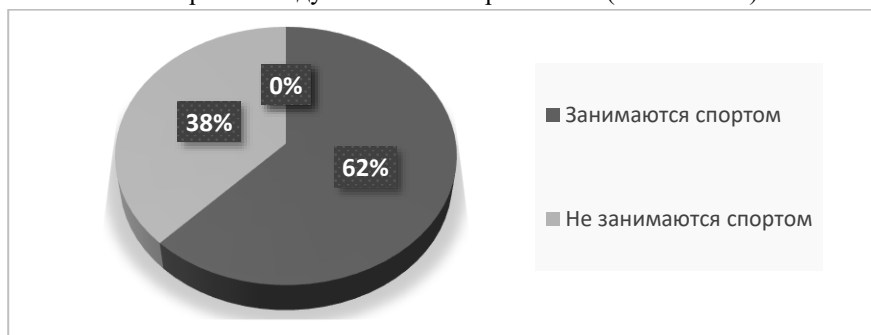


Рис. 1 – Процентное соотношение студентов, ведущих активный образ жизни.

По данным социологического опроса из 82 человек, занимающихся спортивной деятельностью, 57 человек посещают спортзал и другие оборудованные инвентарём заведения во внеучебное время (70%) и 25 человек посещают спортивные секции в своём учебном учреждении (30%). Так же, по результатам опроса установлено, что наиболее популярной спортивной секцией является волейбол.

Данные, приведённые на рисунке 2, отражают статистику посещения студентами пар физической культуры в вузах. Также на рисунке 2 представлены результаты ответов респондентов на вопрос о наличии или отсутствии у них спортивной мотивации. Анализируя полученные ответы, мы видим, что 27% студентов посещают пары по физической культуре, 33% студентов не посещают и 40% посещают, но редко. Однако у 73% учащейся молодёжи, прошедшей социологический

опрос, есть спортивная мотивация и интерес к физической активности (78 человек).

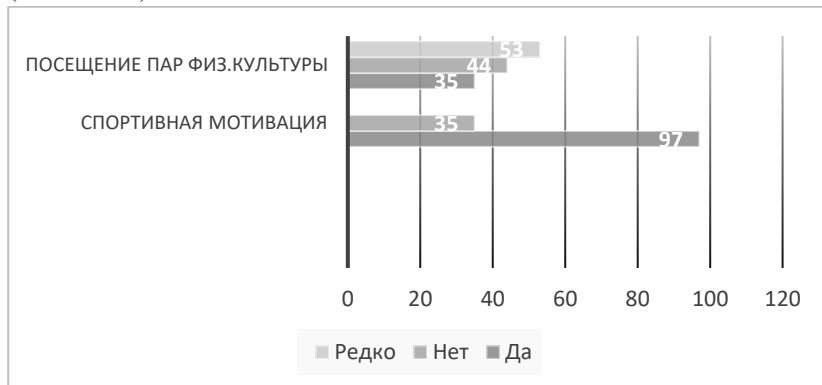


Рис. 2 – Статистика посещения студентами пар физической культуры и наличия у них спортивной мотивации.

Проведя анализ социологического опроса, мы наблюдаем, что из 132 человек, прошедших опрос, 82 респондента занимаются спортом или другим видом физической активности (62%) и 97 человек имеют интерес и спортивную мотивацию (73%) т.е. 11% студентов проявляют желание заниматься спортом, но не внедряют физическую активность в повседневную жизнь.

На вопрос «Что для Вас является фактором, снижающим спортивную мотивацию?» получили следующие результаты, представленные на рисунке 3.

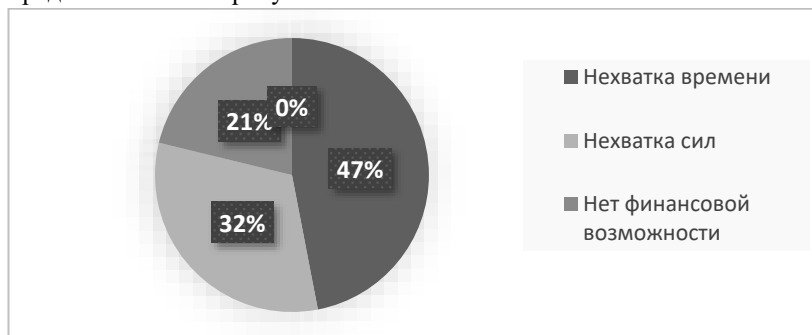


Рис. 3 – Факторы, снижающие спортивную мотивацию.

Закключение. На основании проведенного исследования мы установили, что уровень популярности физической активности среди студентов высок, большая часть студентов, прошедших социологический опрос, заинтересованы во внедрении в повседневную жизнь спорта. Главными факторами, снижающими спортивный интерес, являются занятость и усталость учащейся молодёжи.

Библиографический список:

1. Виды спортивной мотивации: внутренняя и внешняя мотивация – 01.03.2023. – Текст: электронный // Zonasporta: [сайт]. – URL: <https://zonasporta.com/articles/sportivnaya-motivaciya/vidy-sportivnoy-motivacii-vnutrennyaya-i-vneshnyaya-motivaciya>
2. Гирфанова, А. И. Отношение студентов академии к здоровому образу жизни / Гирфанова А. И. – Казань: 2019.- С. 58–61.

**SPORTS MOTIVATION OF STUDENTS AT VARIOUS
UNIVERSITIES IN RUSSIA**

Kurdina V.A., Toropova E.A., Egoryeva E.A.

Scientific supervisor – Gainutdinov A. A.

Kazan State Pedagogical University named after N.E. Bauman

Keywords: *physical activity, sports motivation, healthy lifestyle, sociological survey.*

The work is devoted to determining the level of popularity of physical activity among students and their interest in including sports in everyday life. The study was conducted using an online survey Google Opinion Rewards; the survey was conducted among people living in different cities of Russia. In the course of analyzing a sociological survey, they provided statistics on interest in physical activity and healthy habits of people aged 18 to 25 years, and revealed the motivation of students for a healthy lifestyle.