«**Формирование у студентов интереса к физической культуре»**

***Авторы:*** *Фомина Ольга Валерьевна,*

*Попов Николай Анатольевич*

*преподаватели физической культуры*

*Братский политехнический колледж*

Концепция развития социально-экономического потенциала нашего общества, реформы ссузов выдвинули новые требования к всестороннему совершенствованию личности студента, к путям и методам решения социально-педагогических задач.

По-новому нужно взглянуть и на проблемы физического воспитания студентов, поскольку здесь закладываются основы личной физической культуры, фундамент здоровья и здорового образа жизни каждого человека. К сожалению, существует тенденция того, что ссузы, семья, общество не справляются с задачами физической подготовки молодежи к жизни, к производительному труду, к воинской службе. При этом недопустимо большое количество студентов имеют не только слабую физическую подготовленность, но и отклонения в состоянии здоровья. И основная причина этого – отсутствие у студентов интереса к физической культуре. Всё зависит от преподавателя физической культуры, если он заинтересует студента к занятиям физической культуры, то и студент будет проявлять интерес к спорту.

Формировать интерес – это значит воспитывать мотивацию. В мотивационной сфере студентов все взаимосвязано: при воспитании одних мотивов неизменно затрагиваются и воспитываются другие. Поэтому при целенаправленном формировании интереса к физической культуре педагогически оправдано как воздействие на отдельные мотивы, так и комплексное воздействие на мотивационную сферу в целом.

Воспитание процессуальных мотивов студента нужно начинать сразу же, с момента прихода в колледж. Процессуальная мотивация имеет очень важное значение в формировании интереса к занятиям физической культуры и воспитывается лишь в том случае, когда эти занятия вызывают у студентов чувство удовлетворения. Поэтому при воспитании ее необходимо прежде всего учитывать уже имеющиеся желания, интересы и потребности студентов и удовлетворять их.

Успешному воспитанию процессуальной мотивации у студентов всех возрастов способствует разнообразное материально-техническое оснащение процесса физического воспитания, инвентарь, оборудование, соответствующие процессуальные традиции уроков. При определении наиболее эффективных видов оборудования, инвентаря педагогу следует пользоваться методом «ситуации выбора», «шкалой интереса» и экспертных оценок интереса.

Каждого студента необходимо сориентировать на доступный и подходящий для него результат, достижение которого должно восприниматься им и оцениваться преподавателем, товарищами по группе, родителями как успех, как победа студента над самим собой.

На уроках физической культуры должно включаться в личностно значимую для каждого студента соревновательную деятельность, когда студенты, обучаясь, одновременно готовятся к участию в соревнованиях по данному виду упражнений на первенство колледжа, группы. В первенстве колледжа, группы выступает как сплоченный, дружный коллектив: неудачи и успехи каждого касаются всех. Однако и здесь каждому студенту должен быть определен индивидуальный, доступный результат, достижение которого должно расцениваться преподавателем, товарищами по группе как успех, как победа студента над собой. Только в этом случае возникает внутренняя мотивация занятий физическими упражнениями, которая определяет интерес студентов к физической культуре.

Социально значимые мотивы (быть здоровым, готовым к жизни, к высокопроизводительному труду и обороне Родины) – это те мотивы, к которым преподаватель физической культуры должен привести своих воспитанников к окончанию колледжа.

При учете внеклассной работы следует подводить итоги среди параллельных групп или среди смежных параллелей по следующим показателям: количество занимающихся в спортивных секциях, кружках физической культуры, в группах ОФП; количество студентов, выполняющих домашние задания и занимающихся самостоятельно; количество участвовавших в массовых спортивных соревнованиях. Это позволяет переориентировать коллективы с подготовки отдельных спортсменов-разрядников на массовые занятия физической культурой и спортом. Важное значение имеет обучение студентов самостоятельным занятиям физическими упражнениями, а также активная работа с родителями.

На современном этапе физическое воспитание сосредоточено на личности, ее ценностных ориентациях, формировании мотивов (интересов и потребностей в наиболее значимых видах физкультурной и спортивной деятельности), развитии нравственных и волевых качеств личности. В этом направлении организуется работа по формированию знаний и практических навыков здорового образа жизни, что естественно предполагает значительное расширение сведений по истории физической культуры, основам гигиены, психологии и физиологии физических упражнений, обучению и методике самостоятельных индивидуальных и групповых занятий оздоровительной физической культурой и спортом. Единство профессиональной и физической подготовки является основополагающим фактором развития личности учителя.

С самого начала и на всем протяжении учебного процесса преподаватель должен демонстрировать студентам свое полное к ним доверие.

Он должен помогать студентам в формировании и уточнении целей и задач, стоящих как перед группой, так и перед каждым студентом в отдельности.

Он должен всегда исходить из того, что у студента есть внутренняя мотивация к учению.

Он должен выступать для студентов как источник разнообразного опыта, к которому всегда можно обратиться за помощью, столкнувшись с трудностями в решении той или иной задачи.

Важно, чтобы в такой роли выступал для каждого студента.

Развивать в себе способность чувствовать эмоциональный настрой группы и принимать его.

Быть активным участником группового взаимодействия.

Открыто выражать в группе свои чувства.

Стремиться к достижению симпатии, позволяющей понимать чувства и переживания каждого.

Педагогическая деятельность преподавателя является сложным многофункциональным объектом, представляющим собой систему, интегрирующую его личность во взаимодействии с социально-профессиональной средой. Ее эффективность определяется психическим и физическим здоровьем; активностью деловых и межличностных коммуникаций; наличием жизненного самоопределения (нравственного, индивидуально-творческого, профессионального выбора, физической культуры и др.). Поэтому преподавателю необходимо готовиться к сложностям педагогической деятельности, повышать свой психофизический и функциональный потенциал, формировать физическую культуру, стремиться к приобретению опыта вероятностных профессиональных решений. Чем больше запас таких решений, тем адаптивнее будет поведение преподавателя в конкретной ситуации, выше его жизнестойкость как специалиста.

**Динамика показателей отношения студентов к урокам физической культуры**

Физическая культура, по мнению студентов, является единственным предметом, по которому знания не являются столь важными (лишь одна треть опрошенных студентов положительно оценивает учебник по физической культуре). Вместе с тем студенты на уроках хотели бы заниматься теми видами физических упражнений, которые им нравятся.

На вопрос «Занимаетесь ли вы спортом или оздоровительной физкультурой?»

Молодёжь ответила так:

да, регулярно-34%,

да, изредка-41%,

нет-25%.

В связи с этим опросом можно сделать выводы что в наше время спортсменов больше чем людей которые не заинтересованы спортом.

Таблица №1 результата онлайн - опроса. «Проявление интереса у студентов к урокам физкультуры».

На второй вопрос «Чем вы занимаетесь в свободное время?» Студенты ответили так:

у меня много работы, нет свободного времени - 1%,

езжу на экскурсии-2%,

хожу в бары, кафе, рестораны, на дискотеки,

смотрю телевизор - 6%, хожу в кино, театры , музеи,

прогуливаюсь на свежем воздухе - 7%,

читаю книжки, журналы, газеты, занимаюсь спортом - 8%,

занимаюсь различными делами по дому, слушаю музыку, радио - 11%, нахожусь в интернете - 13%,

гуляю с друзьями - 18%

Таблица № 2 онлайн - опроса студентов «БрПК»

Из этого следует, что студентам проще сходить погулять с друзьями, чем потратить своё свободное время на спорт. Студенты не задумывается что с помощью спорта, мы поддерживаем своё здоровье.

Каждый  здравомыслящий человек хочет прожить свою жизнь долго и счастливо. А вот здоровье не купишь и не получишь в дар. И никакой интернет – магазин подарков в этом не поможет. Поэтому  нужно делать все, чтобы сохранить его, пока не стало, слишком поздно. Обыкновенно вследствие неправильного образа жизни у человека появляются нервные расстройства, разные болезни, проблемы на работе и дома. А ведь нужно просто задуматься: все ли возможное мы делаем для сохранения своего здоровья? Ведь зачастую походов к врачу можно избежать, если правильно выстроить свой образ жизни.