

УДК 796:378.4-057.875

**МОТИВЫ, ПОБУЖДАЮЩИЕ СТУДЕНТОВ  
К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В ВУЗЕ**

*Азимок О. П.*

**Научный руководитель: к.п.н., доцент Г. В. Новик**

**Учреждение образования  
«Гомельский государственный медицинский университет»  
Республика Беларусь, г. Гомель**

***Введение***

Мотивация к физической активности — особое состояние личности, направленное на достижение оптимального уровня физической подготовленности и работоспособности. Процесс формирования интереса к занятиям физической культурой и спортом — это не одномоментный, а многоступенчатый процесс: от первых элементарных гигиенических знаний и навыков до глубоких психофизиологических знаний теории и методики физического воспитания и интенсивных занятий спортом [1].

***Цель***

Изучить комплекс психолого-педагогических мотивов для успешного формирования мотивационно-ценностного отношения студентов к занятиям физической культурой.

***Материалы и методы исследования***

Обобщение научно-методической литературы.

***Результаты исследования и их обсуждение***

Для успешного формирования мотивационно-ценностного отношения студентов к физической культуре в вузе, ориентированного на выполнение цели, стоящей перед предметом «Физическая культура» в высших учебных заведениях, были разработаны следующие психолого-педагогические мотивы:

1. Оздоровительные мотивы. Наиболее сильной мотивацией студентов к занятиям физическими упражнениями является возможность укрепления своего здоровья и профилактики заболеваний.

2. Соревновательно-конкурентные мотивы. Данный вид мотивации основывается на стремлении студента улучшить собственные спортивные достижения. Стремление достичь определенного спортивного уровня, победить в состязаниях соперника — является одним из мощных регуляторов и значимой мотивацией к активным занятиям физическими упражнениями.

3. Эстетические мотивы. Мотивация студентов к занятиям физическими упражнениями заключается в улучшении внешнего вида и впечатления, производимого на окружающих. Данный мотив тесно связан с развитием «моды» на занятиях физической культурой и спортом.

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

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

6. Творческие мотивы. Занятия физической культурой дают неограниченные возможности для развития и воспитания в студентах творческой личности.

7. Профессионально-ориентированные мотивы. Профессионально-прикладная физическая подготовка содействует развитию психофизической готовности студента к будущей профессии.

8. Административные мотивы. Занятия физической культурой являются обязательными в высших учебных заведениях. Своевременная сдача зачета по предмету «Физическая культура», избежание конфликта с преподавателем и администрацией учебного заведения побуждают студентов заниматься физической культурой.

9. Психолого-значимые мотивы. Благодаря занятиям физическими упражнениями у студентов появляется уверенность в себе, снимается эмоциональное и умственное напряжение, предупреждается развитие стрессовых состояний.

10. Культурологические мотивы. Данная мотивация приобретается у студентов с воздействием, оказываемым средствами массовой информации и обществом, в формировании у личности потребности в занятиях физическими упражнениями [2].

#### **Выводы**

Таким образом, изучив научно-методическую литературу, можно сделать вывод, что одним из важнейших компонентов, составляющих структуру активности занятий физической культурой и спортом, является внутреннее желание и интерес к занятиям у каждого отдельного человека. Поэтому мотивы, побуждающие студентов к физкультурной деятельности должны стоять во главе физкультурно-оздоровительной работы высшего образовательного заведения. Большую роль при этом будет играть осознание студентами подлинного уровня своего физического развития и необходимости его совершенствования.

#### **ЛИТЕРАТУРА**

1. Слостенин, В. А. Педагогика: учеб. пособие для студ. вузов / В. А. Слостенин. — М.: Академия, 2007. — С. 5–6.
2. Пятков, В. В. Формирование мотивационно-ценностного отношения студентов к физической культуре / В. В. Пятков. — Сургут, 1999. — С. 22–25.

**УДК 612.015.6:612.821.2]-057.875**

### **ВЛИЯНИЕ ПОЛИВИТАМИННЫХ КОМПЛЕКСОВ НА ОБЪЕМ ПАМЯТИ СТУДЕНТОВ ГомГМУ**

*Аллахвердиева И. А., Бражная Л. А.*

**Научный руководитель: старший преподаватель Г. А. Медведева**

**Учреждение образования**

**«Гомельский государственный медицинский университет»**

**Республика Беларусь, г. Гомель**

#### **Введение**

Память — это одна из психических функций и видов умственной деятельности человека, предназначенная сохранять, накапливать и воспроизводить информацию. Д. Хебб [1] выделял кратковременную память (неустойчивый след памяти) и долговременную память (устойчивый след памяти, объем которого, практически, не ограничен). Для кратковременной памяти характерен ограниченный объем информации ( $7 \pm 2$  единицы), быстрое угасание и разрушаемость под воздействием большого числа факторов.

Психологические исследования показали, что у человека процессы памяти проявляются в двух формах: логически-смысловой и чувствительно-образной. Первая оперирует в основном понятиями и является высшей, вторая — представлениями. Чувствительно-образная память подразделяется на зрительную, слуховую, вкусовую и обонятельную.

Для активного функционирования организма, в том числе и для поддержания нормального уровня памяти, человек должен употреблять с пищей не только белки, жиры, углеводы, но и биологически активные вещества — витамины. Многие студенты, понимая важность влияния витаминов на организм, включают в свой рацион различные поливитаминные комплексы. Поэтому, цель наших исследований заключалась в оценке уровня различных видов памяти у студентов ГомГМУ, принимающих и не принимающих витамины.