

МОТИВАЦИОННАЯ СТРУКТУРА ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫМ БЕГОМ

Т. А. Кузнецова, М. П. Лебедева

Северный (Арктический) федеральный университет имени М. В. Ломоносова, Архангельск, Россия

Представлены результаты изучения мотивационной структуры студентов, занимающихся оздоровительным бегом. Выявлено, что студентам, занимающимся спортом помимо занятий физкультурой в рамках учебного процесса, свойствен производительный вид мотивации, где ведущей тенденцией является активная жизненная позиция, в то время как в группе студенток, занимающихся только физической культурой, ведущим является потребительный вид мотивации с выраженным стремлением к комфорту.

Ключевые слова: *студенты, оздоровительный бег, доминирующие мотивы, мотивационная структура.*

Актуальность. В последнее время спорту как компоненту физкультурно-оздоровительной деятельности и гармоничного личностного развития уделяется большое внимание [1–3]. При этом в процессе изучения доступной литературы выявлено, что работы, посвящённые изучению мотивации к занятиям спортом у студентов, касаются преимущественно установления причин, препятствующих или способствующих занятиям тем или иным видом спорта [4]. Поскольку под мотивацией понимается весь комплекс факторов, создающих определённую мотивационную структуру и направляющих и побуждающих поведение человека, то в данном исследовании мы решили остановиться на изучении именно мотивационной структуры студентов, занимающихся оздоровительным бегом. Выбор данного направления физкультурно-оздоровительной деятельности обусловлен низкой финансовой затратностью для занятий им.

Целью исследования стало изучение особенностей мотивационной структуры личности студентов, занимающихся оздоровительным бегом.

Для достижения поставленной цели решались следующие задачи:

1. Установить причины, препятствующие занятиям спортом у студентов.
2. Выявить доминирующие мотивы физкультурно-оздоровительной деятельности помимо занятий физической культурой в рамках учебного процесса.
3. Изучить и провести сравнительный анализ мотивационных структур студентов, занимающихся оздоровительным бегом кроме занятий физической культурой, и студентов, занимающихся только физкультурой в рамках учебного процесса.

Материалы и методы исследования. Проведено анкетирование и тестирование 60 студенток 2-го курса Северного (Арктического) федерального университета им. М. В. Ломоносова (далее САФУ) в возрасте $18,52 \pm 1,21$ года, на основе которого весь контингент испытуемых был поделён на две группы в зависимости от того, занимаются ли студентки спортом помимо физкультуры в рамках учебной программы или нет. Первую группу составили 39 девушек, которые занимаются оздоровительным бегом кроме физкультуры в рамках учебного процесса. Самостоятельные тренировки проводятся от двух до пяти раз в неделю. Продолжительность тренировок 45–60 мин. Вторая группа состояла из 21 девушки — эти студентки не занимаются спортом помимо занятий физической культурой в рамках учебного процесса. Занятия проходят два раза в неделю по 1,5 ч. Все студентки занимаются физической культурой в основной группе.

Для проведения исследования применены анкета; тест мотивационной структуры личности В. Э. Мильмана [5]. Полученные данные обработаны с помощью статистической программы SPSS13.0.

Результаты исследования. В процессе установления причин занятий спортом помимо физической культуры в рамках учебного процесса выявлено, что доминирующими мотивами являются: укрепление здоровья — 100 % опрошенных, улучшение самочувствия — 100 %, улучшение настроения — 70 %, коррекция фигуры — 40 %, профилактика и устранение последствий стресса — 30 %, помощь в достижении поставленных целей — 20 %.

При ответе на вопрос «Назовите причины, препятствующие занятиям спортом помимо физ-

культурно-оздоровительной деятельности в рамках учебного процесса?» ответы респондентов распределились следующим образом: отсутствие свободного времени — 100 %, отсутствие желания — 70 %, финансовые трудности — 40 %, отсутствие желающих составить компанию — 10 %, отсутствие вблизи места проживания или учёбы спортивной базы — 20 %.

В процессе изучения и выполнения сравнительного анализа мотивационной структуры студентов, занимающихся спортом и занимающихся только физической культурой в рамках учебного процесса, установлено, что студенткам, занимающимся оздоровительным бегом помимо занятий физкультурой в рамках учебного процесса, свойствен производительный вид мотивации, который представлен такими шкалами теста В. Э. Мильмана, как общая активность, творческая активность, социальная полезность. Ведущей шкалой является общая активность, что свидетельствует об активной жизненной позиции, выраженной потребностью в физической активности.

В группе студенток, занимающихся только физической культурой в рамках учебного процесса, ведущим является потребительный вид мотивации, представленный шкалами: жизнеобеспечение, комфорт, социальный статус, общение. Ведущей является шкала комфорта, что свидетельствует о стремлении к развлечениям, отдыху (преимущественно пассивному).

Значимые различия выявлены по шкалам: жизнеобеспечение ($p \leq 0,05$), комфорт ($p \leq 0,05$), общая активность ($p \leq 0,05$). Студентам, занимающимся оздоровительным бегом, свойственна значимо более активная жизненная позиция с меньшим стремлением к комфорту.

Выводы. Таким образом, в процессе исследования установлено:

1) основными причинами, препятствующими самостоятельным занятиям спортом помимо занятий физкультурой в университете, являются отсутствие свободного времени, желания, ком-

паний, спортивной базы вблизи проживания, а также финансовые трудности;

2) доминирующими мотивами самостоятельных занятий спортом кроме посещения практических занятий по дисциплине «Физическая культура» в высшем учебном заведении являются укрепление здоровья, улучшение самочувствия и настроения, коррекция фигуры, профилактика и устранение последствий стресса, помощь в достижении поставленных целей;

3) студенткам, занимающимся оздоровительным бегом помимо занятий физкультурой в рамках учебного процесса, свойствен производительный вид мотивации, где ведущей тенденцией является активная жизненная позиция, в то время как в группе студенток, занимающихся только физической культурой в рамках учебного процесса, ведущим является потребительный вид мотивации с выраженным стремлением к комфорту.

Список литературы

1. Аношина, Т.В. Формирование мотивации к занятиям физической культурой у студенток с I степенью сколиоза / Т.В. Аношина, В.Р. Пушкина, А.Н. Зелянина // *Соврем. проблемы науки и образования.* – 2014. – № 3. – С. 189.
2. Безверхняя, Г. Факторы, влияющие на выбор / Г. Безверхняя // *Спортив. вестн. Приднепровья.* – 2009. – № 2. – С. 56–59.
3. Москаленко, Н. Мотивационные приоритеты студентов для занятий физической культурой и спортом / Н. Москаленко // *Спортив. вестн. Приднепровья.* – 2010. – № 2. – С. 10–13.
4. Макарова, Е.В. Проблема изучения мотивации спортивной деятельности у людей зрелого возраста / Е.В. Макарова, М.Л. Кубышкина // *Психология и современный мир : материалы Всерос. науч. конф. студентов, аспирантов и молодых учёных, Архангельск, 23 апр., 2015.* – Архангельск, 2015. – Вып. 8, ч. 1. – С. 29–32.
5. Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности / под ред. Г. С. Никифорова, М. А. Дмитриевой, В. М. Снеткова. – СПб. : Речь, 2007. – 448 с.

Поступила в редакцию 4 апреля 2016 г.

Для цитирования: Кузнецова, Т. А. Мотивационная структура личности студентов, занимающихся оздоровительным бегом / В. Е. Кузнецова, М. П. Лебедева // *Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация.* – 2016. – Т. 1, № 3. – С. 72–74.

Сведения об авторах

Кузнецова Татьяна Андреевна — студентка Лесотехнического института, Северный (Арктический) федеральный университет им. М. В. Ломоносова. Архангельск, Россия. *tchernova.2015@yandex.ru*

Лебедева Марина Петровна — кандидат педагогических наук, доцент кафедры физической культуры № 1, Северный (Арктический) федеральный университет им. М. В. Ломоносова. Архангельск, Россия. *marinaleb29rus@yandex.ru*

PHYSICAL CULTURE. SPORT. TOURISM. MOTOR RECREATION

2016, vol. 1, no. 3, pp. 72–74.

The Motivational Frame of Personality in Students, who Fond of Jogging

T. A. Kuznetsova¹, M. P. Lebedeva²

Northern (Arctic) Federal University named after M. V. Lomonosov, Arkhangelsk, Russia

¹*tchernova.2015@yandex.ru*; ²*marinaleb29rus@yandex.ru*

The results of motivational frame study in students, who fond of jogging are presented in this article. It was revealed that students, who fond of jogging except exercise, have productional type of motivation. The proactive attitude is the leading trend in this kind of motivation. While consumptive type of motivation with aspiration to comfort were find out in the group of students, who attend exercise classes two time a week only.

Keywords: *students, jogging, dominate motive, motivational frame.*

References

1. Anoshina T.V., Pushkina V.R., Zelyanina A.N. Formirovaniye motivatsii k zanyatiyam fizicheskoy kul'turoy u studentok s I stepen'yu skolioza [The Formation of Motivation to Physical Culture Lessons for Students with I Degree Scoliosis]. *Sovremennyye problemy nauki i obrazovaniya* [Modern Problems of Science and Education], 2014, no. 3, pp. 189. (In Russ.).
2. Bezverhnyaya G. Faktory, vliyayuschiye na vybor [Factors Influencing the Choice]. *Sportivnyy vestnik Pridneprov'ya* [Sports Herald Dnieper], 2009, no. 2, pp. 56–59. (In Russ.).
3. Moskalenko N. Motivatsionnyye prioritye studentov dlya zanyatiy fizicheskoy kul'turoy i sportom [Motivational Priorities of Students for Physical Culture and Sports]. *Sportivnyy vestnik Pridneprov'ya* [Sports Herald Dnieper], 2010, no. 2, pp. 10–13. (In Russ.).
4. Makarova E.V., Kubyshkina M.L. Problema izucheniya motivatsii sportivnoy deyatel'nosti u lyudey zrelogo vozrasta [The Problem of Studying Motivation of Sport Activity in People of Mature Age]. *Psihologiya i sovremennyy mir* [Psychology and the Modern World: Materials of all-Russian Scientific Conference of Students, Postgraduates and Young Scientists, Arkhangelsk, 23 April, 2015]. Arkhangelsk, 2015. Issue 8, part 1. Pp. 29–32. (In Russ.).
5. *Praktikum po psihologii menedzhmenta i professional'noy deyatel'nosti* [Workshop on Psychology of Management and Professional Activities]. S. Petersburg, 2007. 448 p. (In Russ.).