

Новикова Алёна Олеговна, Биктина Светлана Ярославна, Бородина Юлия Сергеевна
ДИАГНОСТИКА УРОВНЯ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И ЛЮБИТЕЛЬСКИМ СПОРТОМ У СТУДЕНТОВ НЕФИЗИКУЛЬТУРНОГО ВУЗА

В статье авторами рассмотрено отношение студентов младших курсов нефизкультурного вуза к правилам здорового образа жизни, к предмету "физическая культура" и в целом к физической культуре. Приведены результаты анкетирования студентов об основных причинах нежелания вести здоровый образ жизни. Проведенные исследования позволили сделать вывод о недостаточной мотивации к занятиям физической культурой и спортом, что и предопределяет необходимость разработки системы теоретико-методического обеспечения процесса приобщения к занятиям физической культурой.

Адрес статьи: www.gramota.net/materials/2/2016/11-1/58.html

Источник

Филологические науки. Вопросы теории и практики

Тамбов: Грамота, 2016. № 11(65): в 3-х ч. Ч. 1. С. 195-198. ISSN 1997-2911.

Адрес журнала: www.gramota.net/editions/2.html

Содержание данного номера журнала: www.gramota.net/materials/2/2016/11-1/

© Издательство "Грамота"

Информация о возможности публикации статей в журнале размещена на Интернет сайте издательства: www.gramota.net
Вопросы, связанные с публикациями научных материалов, редакция просит направлять на адрес: phil@gramota.net

УДК 378.172

В статье авторами рассмотрено отношение студентов младших курсов нефизкультурного вуза к правилам здорового образа жизни, к предмету «физическая культура» и в целом к физической культуре. Приведены результаты анкетирования студентов об основных причинах нежелания вести здоровый образ жизни. Проведенные исследования позволили сделать вывод о недостаточной мотивации к занятиям физической культурой и спортом, что и предопределяет необходимость разработки системы теоретико-методического обеспечения процесса приобщения к занятиям физической культурой.

Ключевые слова и фразы: физическая культура; здоровый образ жизни; студенты; вузы нефизкультурного профиля; мотивация к занятиям физической культурой и спортом.

Новикова Алёна Олеговна

Магнитогорский государственный технический университет имени Г. И. Носова
Уральский государственный университет физической культуры
alen4ik17@bk.ru

Биктина Светлана Ярославна

Магнитогорский государственный технический университет имени Г. И. Носова

Бородина Юлия Сергеевна

Магнитогорский государственный технический университет имени Г. И. Носова

ДИАГНОСТИКА УРОВНЯ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И ЛЮБИТЕЛЬСКИМ СПОРТОМ У СТУДЕНТОВ НЕФИЗКУЛЬТУРНОГО ВУЗА

На сегодняшний день проблема формирования здорового образа жизни очень актуальна. Это связано с тем, что из года в год, как показывают ежегодные медицинские осмотры, в МГТУ им. Г. И. Носова число здоровых студентов значительно уменьшается. Такая же тенденция наблюдается и в других нефизкультурных вузах страны. Как отмечают многие исследователи, к концу обучения в вузе количество студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья, увеличивается. Также растет число студентов, которые занимаются физической культурой в специальной медицинской группе [1; 5].

Плохая экология, малоподвижный образ жизни, вредные привычки – все это является основными причинами ухудшения состояния здоровья студенческой молодежи. Среди молодых людей наблюдается почти полный отказ от здорового образа жизни. Нами был проведен экспресс-опрос среди студентов МГТУ им. Г. И. Носова первого и второго курсов об их отношении к правилам здорового образа жизни. Для того чтобы ответы были наиболее достоверными, анкетирование было анонимным. Результаты анкетирования представлены на Рисунке 1.

Отношение к правилам здорового образа жизни



Рис. 1. Результаты анкетирования студентов

Как видно из диаграммы, более 70% студентов не придерживаются здорового образа жизни (ЗОЖ). Также в анкетах мы просили указать причину, по которой студенты не хотят вести подобный образ жизни. Основные причины следующие: нет времени, нет желания, нет возможности, скучно, несовременно. Большое количество студентов дали ответ «не вижу смысла в ведении ЗОЖ». Результаты анкетирования представлены в Таблице 1.

Таблица 1.

Результаты анкетирования студентов об основных причинах нежелания вести ЗОЖ

Основные причины нежелания вести ЗОЖ	%
Нет времени вести ЗОЖ	16%
Нет желания вести ЗОЖ	20%
Нет возможности вести ЗОЖ	23%
Вести ЗОЖ скучно	6%
Вести ЗОЖ несовременно	5%
Не вижу смысла в ведении ЗОЖ	30%

Таким образом, большинство студентов не понимают, что здоровый образ жизни – это единственный стиль жизни, который может обеспечить восстановление, сохранение и улучшение здоровья, повысить работоспособность, укрепить волевые качества молодого поколения. Оздоровлявая себя, студент обучается планированию правильного двигательного режима и применению средств физической культуры и спорта в профессионально-прикладной деятельности. Помимо этого, здоровый образ жизни направлен на гармоничное развитие личности, оптимальное сочетание физических и духовных интересов.

Мы выяснили, что, по мнению студентов, основными элементами ЗОЖ являются: соблюдение режима дня, правильное питание, гигиенические требования, отказ от вредных привычек, окружающая среда. Такой элемент, как занятия физической культурой и спортом, выделили всего 15% студентов. Данные приведены в Таблице 2. Однако важнейшими факторами, которые считаются неотъемлемой частью здорового образа жизни, являются именно физическая культура и спорт.

Таблице 2.

Результаты опроса студентов об основных элементах здорового образа жизни

Основные элементы здорового образа жизни	%
Соблюдение режима дня	19
Правильное питание	17
Гигиенические требования	13
Отказ от вредных привычек	29
Экология	7
Занятия физической культурой и спортом	15

В связи с этим мы провели опрос студентов младших курсов о роли физической культуры и спорта в их жизни. Как показал опрос, студенты нефизкультурного вуза обладают низким теоретическим уровнем знаний в данной сфере. Только 7% студентов смогли дать определение понятиям «физическая культура» и «спорт».

Также мы выяснили, что больше 70% студентов обладают низкой мотивацией к занятиям физической культурой, для них физическая культура – это просто предмет, по которому необходимо получить зачет. Более того, студенты считают, что предмет «физическая культура» в вузе является ненужным.

Физическая культура – единственная дисциплина в техническом вузе, которая обучает студентов формировать свое здоровье. Наши наблюдения показывают, что занятия физической культурой и любительским спортом в нефизкультурном вузе способствуют сохранению, поддержанию и укреплению здоровья. Мы провели констатирующий эксперимент, в котором студентам было предложено каждое утро в течение месяца делать зарядку и каждый вечер совершать пробежки по 2-3 километра. Также ребята за время эксперимента должны были вести дневник самочувствия. По истечении месяца студенты поделились результатами проделанной работы. Всеми студентами было отмечено положительное воздействие занятий. Многие студенты отметили, что утренняя зарядка помогает поддерживать здоровье спины, позволяет быстрее проснуться, способствует концентрации во время занятий, также было отмечено, что самочувствие в течение дня становилось лучше. Вечерняя пробежка, по мнению студентов, способствует психологической разгрузке. Некоторые студенты отметили, что прекратились головные боли, вызванные умственной перегрузкой. За время прохождения эксперимента ни у кого из студентов не было простудных заболеваний.

Также физическая культура позволяет повышать физическую подготовленность, развивать и совершенствовать психофизические способности, специфическую подготовку к выполнению будущей профессиональной деятельности и социальных обязанностей в обществе [3]. В связи с этим задача преподавателя

физической культуры – сформировать потребность у студентов к занятиям физическими упражнениями, повысить уровень их мотивации, чтобы данный предмет стал одним из важнейших факторов гармоничного развития личности студента. Успешная реализация мотивов и целей должна вызывать у студентов желание заниматься физкультурой, а также интерес к самостоятельным занятиям и тренировочной деятельности.

Таким образом, необходимо внедрение педагогических условий, направленных на формирование мотивации студентов нефизкультурного вуза к занятиям физической культурой и любительским спортом.

Мы предполагаем, что для развития мотивации к занятиям физической культурой и спортом у студентов нефизкультурного вуза необходимо применять следующие педагогические условия в образовательном процессе, к числу которых относим:

1) повышение уровня осведомленности студентов технического вуза в вопросах здорового образа жизни, физической культуры и любительского спорта;

2) педагогическое содействие возникновению у студентов положительного эмоционального и психологического настроя к занятиям физической культурой и тренировочной деятельности;

3) планирование и проведение учебных занятий на основе учета индивидуальных особенностей студентов.

На данном этапе исследования мы установили причины негативного отношения студентов к занятиям физической культурой. Ребята выделили такие причины, как: авторитарность и консервативность проводимых занятий, однообразность используемых физических упражнений, «подгонка» всех обучающихся под одни нормативные требования, невозможность классификации занимающихся по типологическим группам. Отсутствие необходимого тренировочного эффекта также является причиной негативного отношения к физической культуре. Для того чтобы был замечен тренировочный эффект, необходимо регулярно заниматься физкультурно-спортивной деятельностью. Но, к сожалению, за одно занятие в две недели, а именно столько уроков проходит у студентов первых курсов, и за три занятия в две недели, – столько уроков проходит у студентов вторых курсов, ни одно из таких качеств, как быстрота, сила, выносливость, не сформируется, поэтому о тренировочном эффекте не может быть и речи.

В связи с этим задача преподавателя физической культуры в высшем учебном заведении, на наш взгляд, в том, чтобы добавить, а возможно и изменить что-то в существующем учебно-тренировочном процессе. Необходимо применять нетрадиционные средства физической культуры и спорта, использовать инновационные технологии и методики, построенные на спортивно-ориентированных формах организации физического и спортивного воспитания. Преподавателю стоит постоянно повышать уровень педагогического мастерства, также нужно находить подход к группе студентов и к отдельному студенту в частности. Преподаватель постоянно должен быть для студента мотиватором – не просто подталкивать и принуждать заниматься спортом, а создать такие условия, при которых у студентов будет формироваться положительное отношение к физической культуре и к занятиям любительским спортом [2].

Как показывают наши наблюдения, занятия физической культурой и любительским спортом в нефизкультурном вузе способствуют не только укреплению и поддержанию здоровья, но и могут формировать у молодого человека ответственность, дисциплинированность, уверенность в себе, в своих силах, преобладающий положительный эмоциональный фон и т.д. Любительский спорт является мощным средством становления личности, так как способствует реализации физических качеств, интеллектуальных способностей, формированию активного отношения к труду, эстетических и нравственных качеств, обучению методам самовоспитания, самосовершенствования, самоконтроля и коррекции. Поэтому необходимо, чтобы студенты переходили от однократных учебных занятий физической культурой к любительскому спорту [4]. Важно, чтобы полученное достигнутое положительное отношение к физкультуре и спорту студенты смогли сохранить на протяжении всей жизни и передать полученный опыт своим детям.

Таким образом, формирование мотивации студентов младших курсов к занятиям физической культурой и любительским спортом в вузах нефизкультурного профиля становится одной из приоритетных научных проблем. Как нам видится, ее решение возможно только на основе придания физической культуре компетентностной направленности, главной целью которой становится формирование у обучающихся осознанной личной потребности и необходимости в занятиях физической культурой и любительским спортом при условии готовности педагогов вуза к данному процессу.

Список литературы

1. **Виленский М. Я., Горшков А. Г.** Физическая культура и здоровый образ жизни студента: учеб. пособие. М.: Гардарики, 2007. 218 с.
2. **Капленко О. М.** Приоритетные педагогические задачи кафедры физической культуры вуза в современной системе обучения // Интерэкспо Гео-Сибирь. 2013. № 2. С. 23-27.
3. **Настольная книга учителя физической культуры** / под ред. Л. Б. Кофмана; авт.-сост. Г. И. Погадаев; предисл. В. В. Кузина, Н. Д. Никандрова. М.: Физкультура и спорт, 1988. 496 с.
4. **Новикова А. О.** Физическая культура как основной элемент здорового образа жизни. От физической культуры к любительскому спорту // Среднее профессиональное и высшее образование в сфере физической культуры и спорта: сб. науч. ст. / Уральск. гос. ун-т физ. культ. Челябинск, 2016. С. 382-384.
5. **Чоговадзе А. В., Рыжик М. М.** Физическое воспитание и формирование здорового образа жизни студентов // Теория и практика физической культуры. 1993. № 7. С. 21-24.

DIAGNOSTICS OF THE MOTIVATION LEVEL TO THE CLASSES OF PHYSICAL CULTURE AND AMATEUR SPORTS AMONG NON-ATHLETIC UNIVERSITY STUDENTS

Novikova Alena Olegovna

*Magnitogorsk State Technical University
Ural State University of Physical Culture
alen4ik17@bk.ru*

Biktina Svetlana Yaroslavna

Magnitogorsk State Technical University

Borodina Yuliya Sergeevna

Magnitogorsk State Technical University

The article considers the attitude of junior students of a non-athletic university to the rules of healthy lifestyle, to the subject "Physical culture" and to the physical training on the whole. The results of the survey among students on the main reasons for their reluctance to have a healthy lifestyle are given. The conducted studies allow drawing conclusion about the lack of motivation to the classes of physical culture and sport. It necessitates the development of a system of theoretical-methodological support of the process of inclusion physical training into the classes.

Key words and phrases: physical culture; healthy life style; students; non-athletic universities; motivation to the classes of physical culture and sport.

УДК 378.016:811

В статье рассматриваются особенности когнитивной деятельности студентов в процессе использования ресурсов корпусной лингвистики при передаче значения идиоматических речевых единиц исходного текста средствами языка перевода. На примере заданий проблемного характера, предусматривающих взаимосвязанное оперирование когнитивными и креативными ресурсами языкового сознания обучаемых, показано, что электронные корпуса могут эффективно использоваться при поиске адекватного переводческого решения.

Ключевые слова и фразы: когнитивная деятельность; идиоматическая компетенция; идиоматические речевые единицы; корпусная лингвистика; переводчики в сфере профессиональной коммуникации.

Тарнаева Лариса Петровна, д. пед. н., доцент

*Санкт-Петербургский государственный университет
l-tarnaeva@mail.ru*

Осипова Екатерина Сергеевна

*Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого
kitty_novgorod@mail.ru*

КОГНИТИВНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ РЕСУРСОВ КОРПУСНОЙ ЛИНГВИСТИКИ ПРИ ФОРМИРОВАНИИ ИДИМАТИЧЕСКОЙ КОМПЕТЕНЦИИ ПЕРЕВОДЧИКА В СФЕРЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОММУНИКАЦИИ

Идиоматическая компетенция является необходимой составляющей языковой личности переводчика, работающего в любой области межкультурного общения. В частности, владение данной компетенцией имеет важное значение для переводчиков в сфере профессиональной коммуникации. Работая с профессионально-ориентированными текстами, переводчики часто сталкиваются с трудностями передачи значения идиоматических речевых единиц, под которыми в настоящей работе понимаются *целостно воспроизводимые, устойчивые по структуре и значению смысловые единства, функционирующие в дискурсивном пространстве*. Совокупность знаний, навыков, умений, составляющих способность переводчика передавать значение идиоматических речевых единиц профессионального дискурса, составляет содержание идиоматической компетенции переводчика в сфере профессиональной коммуникации.

В профессионально-ориентированных текстах частотностью отмечены идиоматические речевые единицы, выраженные на уровне устойчивых лексических сочетаний (фразеологические сочетания, единства и сращения по классификации В. В. Виноградова), пословиц, авторских изречений (цитат), фразовых глаголов.

Идиоматичность присуща всем видам институционального дискурса, функционирующего в профессиональных сферах. Данный тезис проиллюстрирован ниже на примере использования идиоматических речевых единиц в историческом, деловом, политическом и экологическом дискурсах.

... the Nazi war machine would then have rolled quickly to the Russian frontier and faced Stalin with an immediate decision – either to fight alone or to request military assistance from other members of the League of Nations... [14] / [...военная машина нацистов быстро докатилась бы до российской границы. В таком случае