

## **ЗАНЯТИЯ НАСТОЛЬНЫМ ТЕННИСОМ В АКТИВИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ**

**Барчукова Г.В. д.п.н., профессор кафедры теории и методики  
индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта  
РГУФКСМиТ**

**Костеневич Л.М. старший преподаватель кафедры теории и  
методики индивидуально-игровых и интеллектуальных видов спорта  
РГУФКСМиТ**

**Мизин А.Н. к.п.н.  
доцент кафедры физического воспитания  
Московский авиационный институт**

**Актуальность исследования.** Мотивации занимают ведущее место в структуре личности и являются одним из основных понятий, используемых для объяснения движущих сил поведения. Особенностью мотивации является то, что она прямо связана со смыслом, личностной значимостью деятельности: мотивы отвечают на вопрос о том, ради чего осуществляется та или иная деятельность. Если изменяются мотивы вовлечения человека в деятельность, то это принципиально перестраивает как смысл активности в ней, так и ее уровень. Изучению мотивации спортивной деятельности посвящено значительное число работ Г.Д. Бабушкин, Е.Г. Бабушкин (2000); Н.Р. Ермак (1998, 1999); Р.А.Пилюян (1984); А.Д. Суханов (2001) и другие.

Не зная особенностей потребностно-мотивационной сферы личности спортсмена, трудно готовить его к соревнованиям, формировать у него устойчивую, сильно действующую мотивацию. Поэтому можно говорить, что решение проблемы спортивной мотивации является тем резервом, за счет которого спортсмен может выйти на более высокий уровень мастерства, а также сохранит контингент занимающихся настольным теннисом на последующие этапы спортивного совершенствования.

Основная форма функционирования физической культуры в вузах - неспециальное физкультурное образование. Как и образование в целом, оно является общей и вечной категорией социальной жизни личности и общества.

На необходимость усиления образовательной направленности физкультурной деятельности и обеспечения грамотности студенческой молодежи вузов нефизкультурного профиля указывается в ряде научных работ [1,2, 3, 5, 7].

Дисциплина «Физическая культура», культивируемая в нефизкультурных вузах характеризуется не только строением, но и взаимосвязями, которые имеют как координационный (взаимодействие на одном уровне), так и субординационный (подчиненный) характер. Причем каждый из видов физической культуры направлен на решение конкретных задач посредством общих и специфических методов и форм организации физкультурной деятельности студенческой молодежи [1, 4, 6, 7].

Анализ литературных источников, оценивающих состояние физического воспитания студентов вузов, показывает, что учебный процесс в учебном учреждении улучшается, если студенты включаются в определенные виды спорта по овладению двигательными навыками и упражнениями. При этом у них формируется привычка к регулярным, систематическим занятиям физической культурой, не просто абстрактно, а с учетом их интересов к тому или иному виду спорта, что связано с повышением эффективности проводимых занятий и соответственно направленно влияет на их общую и специальную физическую подготовку.

**Цель исследования** – выявить особенности мотивации студентов занятиям настольным теннисом в рамках дисциплины «Физическая культура».

**Объект исследования** – социально-педагогические и социально-психологические аспекты результативности физкультурно-оздоровительной деятельности студентов, занимающихся настольным теннисом.

**Предмет исследования** – особенности формирования мотивации занятиями настольным теннисом студентов в рамках дисциплины «Физическая культура».

**Организация исследования.** Социально-педагогическое исследование

проводилось на базе МАИ в 2013-2016 гг. Контингент обследованных студенты 1 курса - юноши и девушки 138 человек.

Оптимизация учебного процесса студентов в высших учебных заведениях с целью повышения их физического и социального развития до уровня, позволяющего им овладеть нормативными требованиями учебной программы дисциплины «Физическая культура», с необходимой коммуникабельностью в общении – главная задача подготовки физически развитого и социально активного поколения выпускников высшей школы [1, б].

Целью проведенного исследования явилось выявление приоритетных видов спорта, выбираемых студентами и студентками нефизкультурных вузов в качестве занятий физкультурой.

Проведенные исследования по активности выбора студентами различных видов спорта в качестве систематических занятий физической культурой позволили выявить, что большинство из них, как юноши, так и девушка отдали предпочтение общеразвивающим занятиям: аэробика и ОФП, циклическим видам спорта и игровым видам спорта (рис.1) .

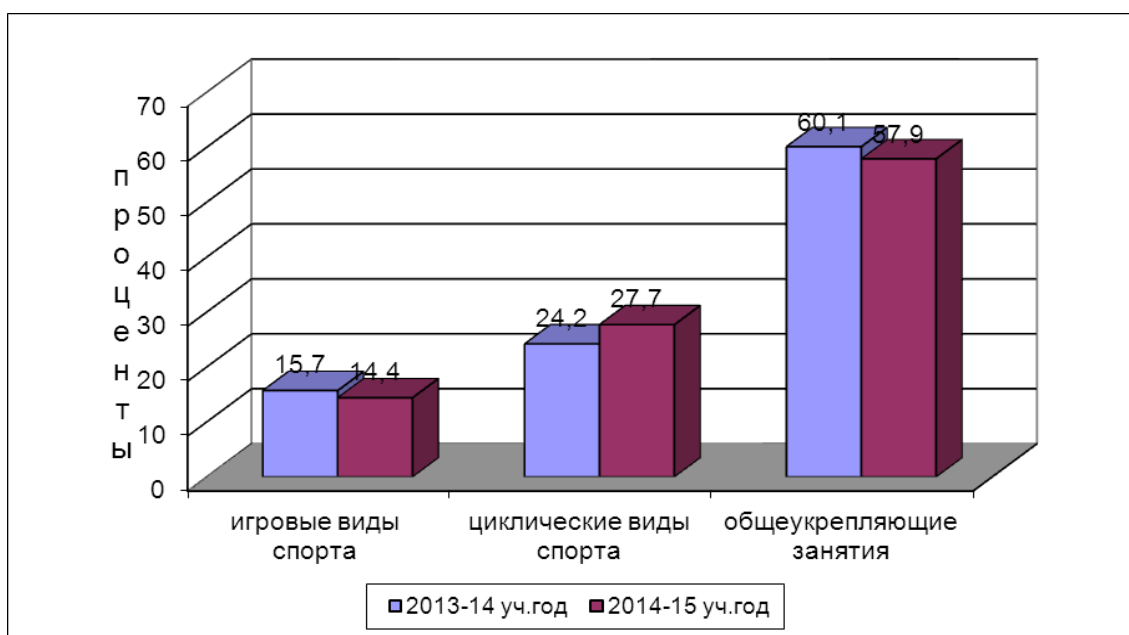


Рисунок - 1. Распределение студентов занимающихся физической культурой по группам видов спорта.

При этом циклическим видам спорта отдали предпочтение 6,5% студентов, тяжело атлетически видам спорта занимаются 7% респондентов, как и в специальной группе подготовки и большая часть студентов отдает предпочтение ОФП и игровым видам спорта (рис.2).

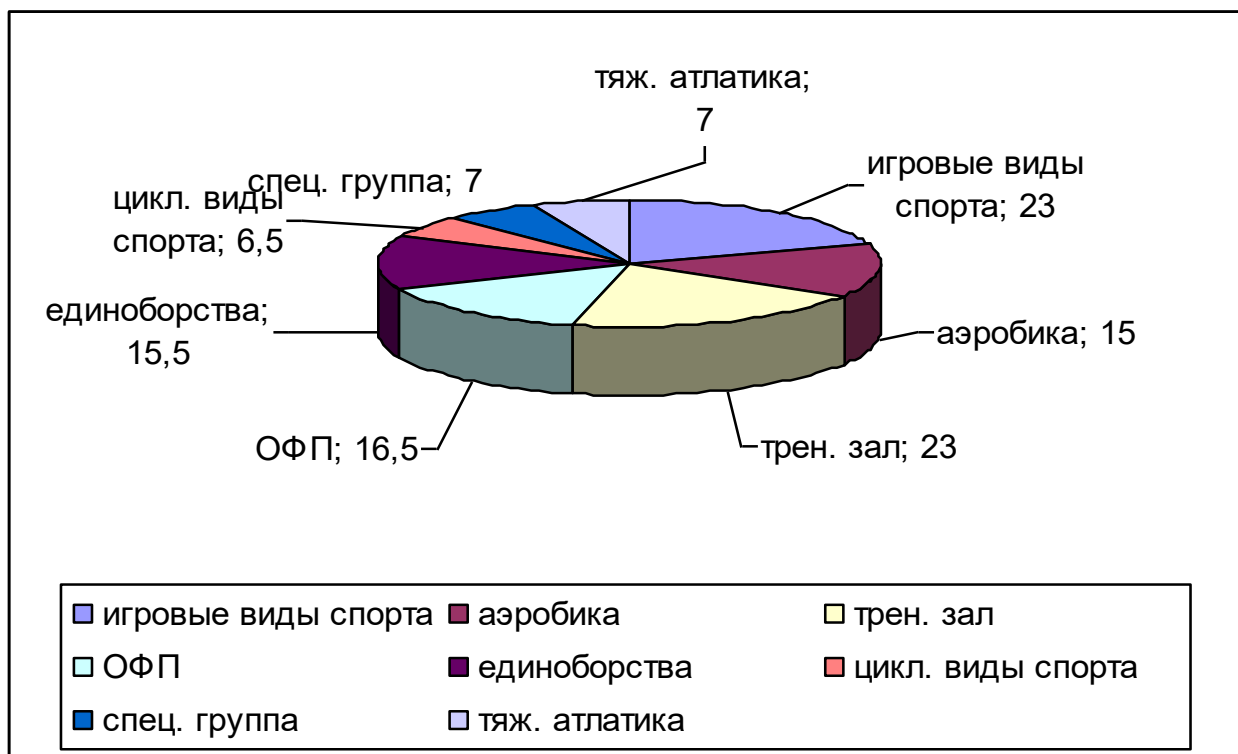


Рисунок – 2. Распределение студентов 1 курса по видам спорта в занятия дисциплины «Физическая культура»

Игровыми видами спорта, тактик как баскетбол, волейбол, футбол, настольный теннис и регби занимаются в среднем 15% учащихся, в то время как циклическими видами спорта и единоборствами, т.е. лыжным видом спорта, плаванием, борьбой, боксом и тяжелой атлетикой занимается в среднем 26% студентов.

Однако необходимо учитывать, что в техническом вузе, безусловно, количество студенток-девушек меньше, чем количество студентов-мужчин и прослеживается соотношение как один к трем. Этим, скорее всего и объясняется такое соотношение выбора различных видов спорта.

Проведенный анализ выбора студентами вида спорта в качестве занятий физической культурой студентов, их посещаемости и успеваемости

по дисциплине физическая культура, показал, что учебный процесс в учебном учреждении улучшается, если студенты включаются в определенные виды физкультурно-спортивной деятельности в виде конкретного вида спорта по овладению двигательными навыками и упражнениями. При этом у студентов повышается интерес к занятиям избранным видом спорта, формируется привычка к регулярным, систематическим занятиям физической культурой и не просто абстрактно, а с учетом мотивации к тому или иному виду спорта. Это благотворно влияет на повышение эффективности проводимых занятий физической культурой и соответственно направленно влияет на укрепление здоровья занимающихся, общую и специальную физическую подготовку студентов.

Опрос студентов по привлекательности настольного тенниса представлен на рисунке 3.

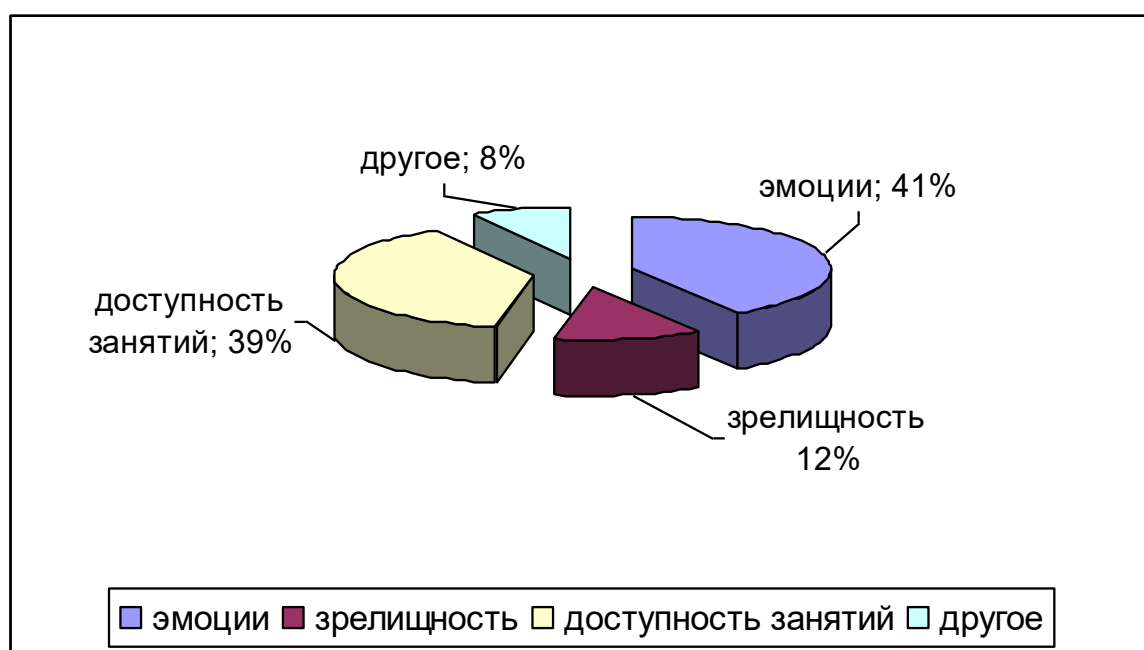


Рисунок - 3. Привлекательность настольного тенниса, по мнению студентов

Ответами респондентов на вопрос привлекательности настольного тенниса могли быть разные варианты, допускались несколько характеристик, именно поэтому количественную выборку представить не было возможности. Выявлено, что большинство студентов в занятиях настольным

теннисом в большей степени привлекли эмоции - их отметили 41% опрошенных и доступность – 39% (рис.3).

Отмечается так же, что 12% студентов-любителей настольного тенниса привлекает зрелищность этой увлекательной игры. Причем многие не только смотрят поединки по телевизору или в интернете, но и с удовольствием болеют за своих товарищей на спортивной площадке.

Безусловно, и это подтверждают результаты опроса студентов, выбравших настольный теннис в качестве дисциплины «физическая культура». Для многих из них настольный теннис является приятным и полезным досугом, и этого бы желали большинство опрошенных, 27%, но это вовсе не означает, что и другие составляющие пункты им безразличны. Допускались множество вариантов ответов, поэтому выборка количественная невозможна. При этом 12% респондентов отметили положительный эффект от похудения при занятиях настольным теннисом.

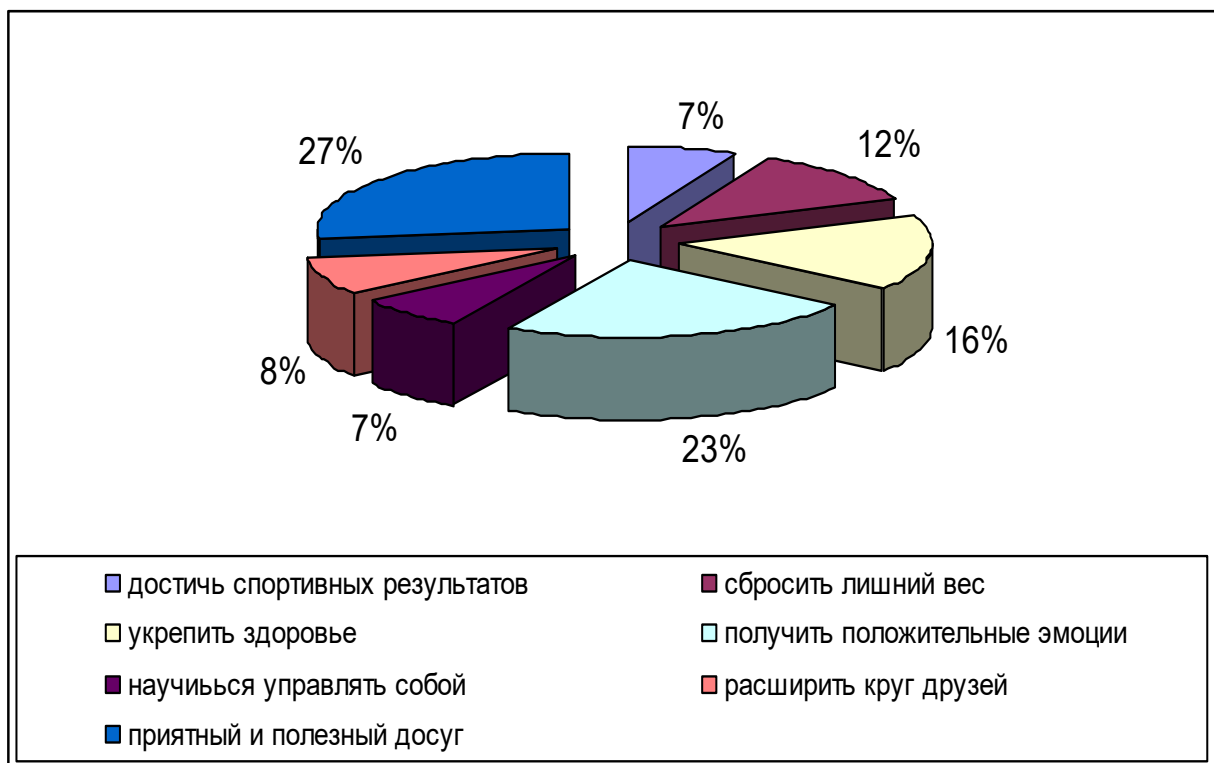


Рисунок - 4. Мотивы к занятиям настольным теннисом студентов-любителей настольного тенниса

Так же примечательно, как относятся родные и близкие к увлечениям студентов определенным видом спорта. Проведенный опрос среди студентов,

выбравших настольный теннис в качестве учебной дисциплины, позволил выявить, что 66% опрошенных заявили об одобрении членов их семей занятиями настольным теннисом (рис.5). При этом установлено, что у 27% респондентов близкие и родные не поддерживают их увлечение настольным теннисом и у 7% выявлено равнодушие близких (рис. 5). Можно сделать вывод, что в основном родные и близкие понимают положительное влияние игры на здоровье своих родных и близких, что поддерживает микроклимат семьи.

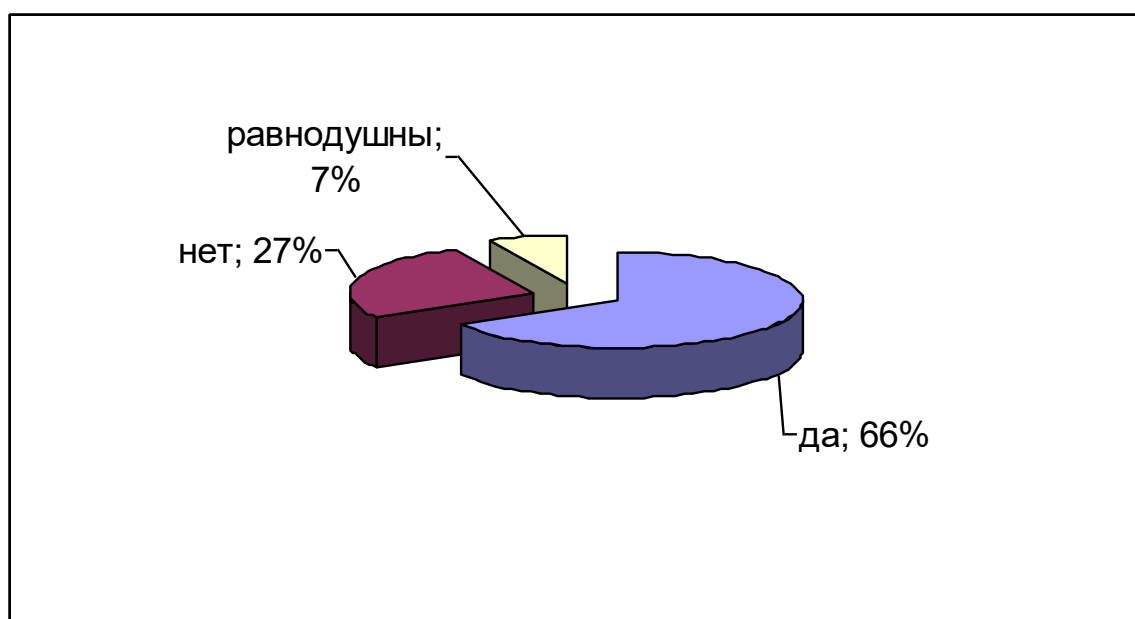


Рисунок - 5. Отношение родных и близких к увлечению настольным теннисом

Таким образом, выявлено, что настольный теннис является для 23% студентов 1 курса занимающихся физической культурой, приятным и полезным досугом, привлекателен и положительно влияет на потребность в занятиях физической культурой и спортом. Это может служить основанием к активному включению настольного тенниса в занятия физической культурой как эффективного средства физического воспитания студентов.

### Список литературы

1. Бальсевич В.К., Лубышева Л.И. Спортивно ориентированное физическое воспитание: образовательный и социальный аспекты // Теория и практика физической культуры. - 2003, №5. - С. 19-22.

2. Барчукова, Г.В. Оздоровительная направленность занятий настольным теннисом для студентов вузов в рамках дисциплины «Физическая культура» / Г.В. Барчукова, А.Н. Мизин // Проблемы совершенствования физического воспитания студентов // Материалы международной научно-методической конференции 2-3 февраля 2012 г. – М., 2012. – С.126-127.

3. Барчукова, Г.В. Инновационные подходы в организации физической культуры и спорта в студенческой среде / Г.В. Барчукова, А.Н. Мизин // Материалы всероссийской научно-практической конференции с международным участием Казань, 6-8 ноября 2015 г. «Физическое воспитание и студенческий спорт глазами студентов»/ под.ред. Р.А.Юсупова, Б.А. Акишина, Т.Ю.Покровской. – Казань, Изд-во КНИТУ-КИА, 2015. – 593 с. – С. 194- 196.

4. Белобородова Е.А., Маврина И.А., Мазонко Э.А. Формы активизации учебного процесса в вузе //Теоретико-методологические основы совершенствования учебно-воспитательного процесса в институтах и техникумах физической культуры // Тез. докл. Всес. научно-практ. конф. - Волгоград, 1989. - С. 340-343.

5. Булавкина Т.А. Коррекция профессиональных мотивов у студентов технических вузов средствами физического воспитания: Автореф. дис. ...канд. пед. наук. - Малаховка: МГАФК, 1997. - 14 с

6. Виленский М.Я. Физическая культура в научной организации учебного труда студентов: Учебное пособие. -М.: Прометей, 1993. - 156 с.

7. Завьялов А.И., Миндиашвили Д.Г. Физическое воспитание студенческой молодежи: Учебное пособие. - Красноярск: КГПУ, 1996. - 128 с