

Тема: Современное физическое воспитание студентов: вызовы и пути решения



Выступление на конференции
старшего преподавателя кафедры ФВ
МГТУ им. Н.Э. Баумана
Степановой Т.В.

Одна из важнейших функций физического воспитания – формирование основ здорового образа жизни, необходимых молодым гражданам России.

Данное исследование направлено на рассмотрение основных вызовов, стоящих перед системой физического воспитания студентов, и разработку действенных механизмов их преодоления. Основное внимание уделяется причинам снижения интереса к физической культуре и поиску путей эффективного решения накопившихся проблем.

Цель исследования:

**проанализировать существующие трудности и препятствия
в реализации качественного физического воспитания
студентов.**

Задачи исследования:

- 1.Исследовать причины низкой мотивации студентов к занятиям физической культурой.**
- 2.Оценить роль преподавательского состава и инфраструктуры вузов в обеспечении качественной физподготовки.**
- 3.Создать конкретные рекомендации по развитию эффективной системы физического воспитания в высшей школе.**

Организация и методы исследования.

С целью определения низкой мотивации студентов к занятиям физической культурой было опрошено 350 студентов 1–3 курсов групп ОФП, занимающихся в манеже и на стадионе (октябрь-ноябрь 2025-2026 уч.г.)

Был проведен опрос:

**хочет ли студент заниматься физкультурой в вузе
неспортивного профиля. И если нет, то какие причины
отрицательного ответа.**

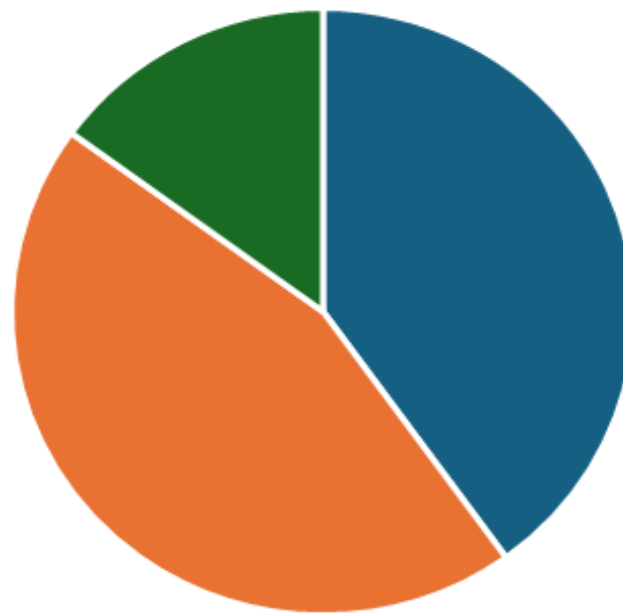
Методы исследования:

- 1. Анализ научной литературы по вопросам физического воспитания и психологии спорта.**
- 2. Опрос студентов для выяснения текущих проблем и пожеланий.**
- 3. Наблюдения за деятельностью студенческих спортивных секций.**

Результаты исследования и их обсуждение.

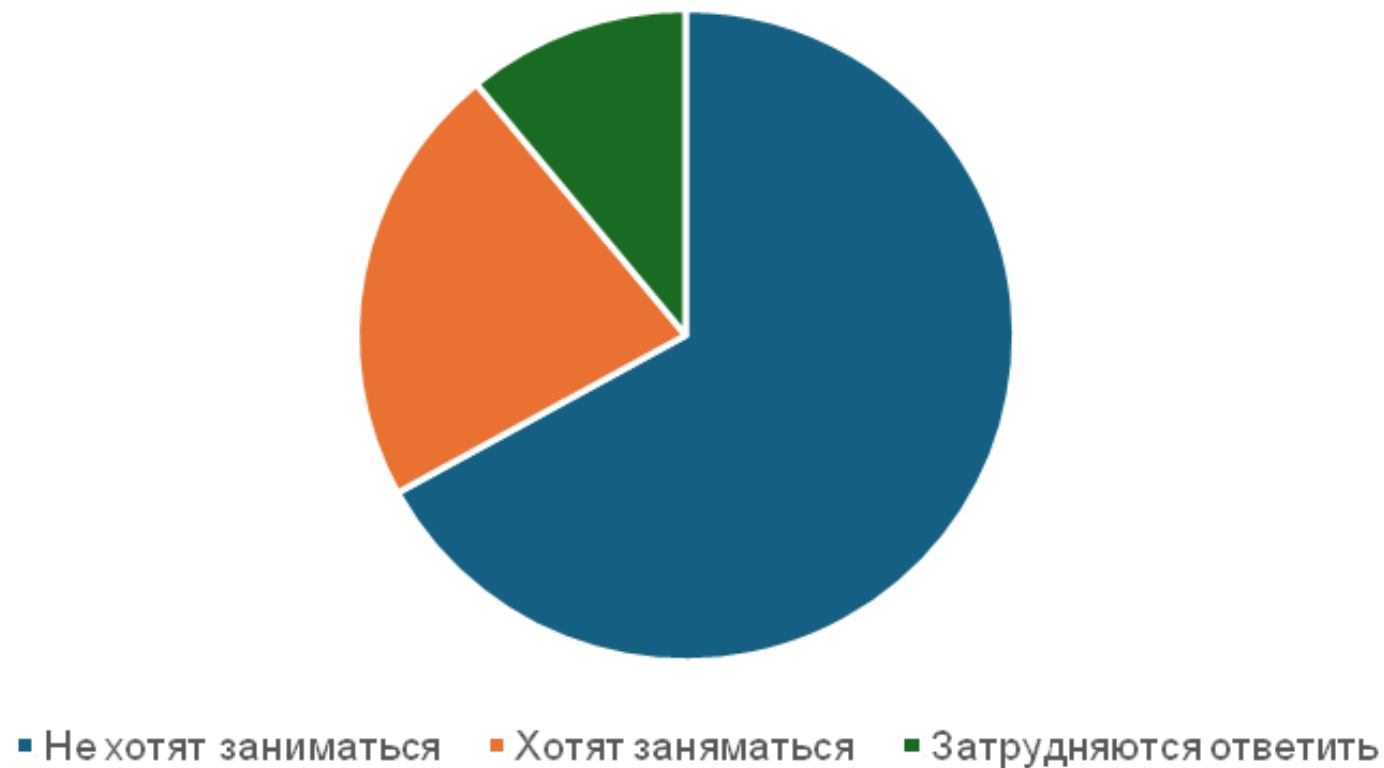
При ответе на первую часть опроса ответы по полам
распределились так:

*Ответы в (%).
Отношение юношей-
студентов к занятиям
физической
культурой*



■ Не хотят заниматься ■ Хотят заниматься ■ Затрудняются ответить

*Ответы в (%).
Отношение
девушек-студентов
к занятиям
физической
культурой*



Те юноши и девушки, кто отрицательно отвечал на вопрос
(40 % юношей и 67 % девушек называли следующие
причины:

(Структура причин низкой мотивации к занятиям физической культурой студентов)

№	Причина	%
1	Высокая учебная нагрузка	40 %
2	Необходимость дополнительной работы	30 %
3	Недостаточная информированность о пользе спорта	13 %
4	Отсутствие удобного графика занятий	10 %
5	Низкий уровень оснащённости спортивных объектов	3 %
6	Проблемы со здоровьем	2 %
7	Другое	2 %

При уточнении вопроса о том, что более приоритетно, чем польза для здоровья спорта и физической культуры, были получены следующие ответы:

- 1. Отсутствие свободного времени у студентов.**
- 2. У студентов – уже взрослых людей – приоритет финансовых нужд.**
- 3. Нехватка сил и энергии.**
- 4. Многие студенты считают, что экономическая выгода превышает всего.**
- 5. У студентов часто возникает необходимость быстрого заработка.**
- 6. На нежелание заниматься спортом может оказывать влияние ограниченный график.**
- 7. Когда ситуация изменится, обязательно вернуться к активности.**

Эти ответы иллюстрируют реальную ситуацию, когда, осознавая ценность физической активности, студенты сталкиваются с трудностями балансирования между работой и личной жизнью, отдавая предпочтение первому пункту.

Желание студентов заниматься физической культурой, напротив, обусловлено несколькими важными причинами.

Юноши (45%):

Девушки (22%):

1. Укрепление здоровья и иммунитета.
2. Развитие силы и выносливости.
3. Повышение самооценки и уверенности в себе.
4. Интерес к соревновательному элементу.
5. Социальные связи и дружба.

1. Коррекция фигуры и поддержание веса.
2. Борьба со стрессом и усталостью.
3. Создание здоровых привычек.
4. Общественное одобрение и социальные нормы.
5. Участие в культурных мероприятиях и развлечениях.

Несмотря на разницу в долях опрошенных мужчин и женщин, оба пола отмечают важные преимущества физической активности, определяя тем самым МОТИВЫ своего желания заниматься спортом.

Выводы

В ходе исследования выявлены ключевые проблемы, препятствующие качественному физическому воспитанию студентов. Основной причиной низкой мотивации является высокий уровень занятости, связанный как с учебной нагрузкой, так и с необходимостью финансовой поддержки. Ограниченность свободного времени и отсутствие достаточной осведомлённости о ценности спорта формируют серьёзные барьеры для активного участия студентов в занятиях физической культурой.

Однако результаты показывают, что значительная доля студентов всё же выражает готовность заниматься спортом, подчеркивая положительное воздействие физической активности на здоровье, внешний вид и социальное взаимодействие. Наиболее популярными целями являются укрепление здоровья, коррекция фигуры и борьба со стрессом.

Исходя из этого необходимо пересмотреть традиционные подходы к физическому воспитанию, модернизировав учебные планы и инфраструктуру вуза, обеспечивая удобные графики занятий и улучшая материальное оснащение спортивных площадок. Важным направлением является повышение информированности студентов о важности регулярного спорта и создание привлекательной культурной среды, поощряющей активное участие в массовых спортивных мероприятиях.