

*Иркутский государственный университет путей сообщения Иркутск,
Россия*

**ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ ИРГУПС
К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ
ПРИ ПОМОЩИ СРЕДСТВ МАССОВОЙ ИНФОРМАЦИИ**

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы о состоянии образа жизни молодого поколения и о том, как реклама сказывается на мотивации студентов к занятиям физической и спортом. Малоподвижный образ жизни студентов, вызывает проблемы, связанные со здоровьем. Сейчас большинство молодых людей не следят за состоянием своего здоровья. Молодое поколение отдает предпочтение IT-технологиям взамен двигательной активности. Средства массовой информации (далее – СМИ), имеют большое значение в формировании здорового образа жизни, освещая проблему малоподвижного образа жизни молодого поколения. Молодежь сейчас является основным пользователем сети Интернет. Реклама является наиболее действенным способом для привлечения внимания к занятиям физической культурой и спортом.

Ключевые слова: студенты, физическая культура и спорт, СМИ, мотивация.

*Sizykh V.P., Ismianov V. V.
Irkutsk state University of Railways Irkutsk, Russia*

**FORMATION OF MOTIVATION OF IRGUPS STUDENTS
TO PHYSICAL CULTURE AND SPORTS WITH THE HELP OF MASS MEDIA**

Annotation. The article deals with questions about the state of the lifestyle of the younger generation and how advertising affects the motivation of students to engage in physical education. The sedentary lifestyle of students causes health problems. Now most young people do not monitor their health status. The younger generation prefers IT technologies instead of physical activity. Mass media (hereinafter referred to as mass media) are of great importance in the formation of a healthy lifestyle, highlighting the problem of sedentary lifestyle of the younger generation. Young people are now the main users of the Internet. Advertising is the most effective way to attract attention to physical education and sports.

Keywords: students, physical education and sports, mass media, motivation.

Введение. В современном мире на здоровье человека влияют негативные факторы, связанные с малоподвижным образом жизни. Уменьшение доли ручного труда на производстве, развитие всех видов транспорта и улучшение качества жизни влияют на формирование здоровья человека [5, 8].

Здоровый образ жизни является важным фактором здоровья, повышает трудовую активность, создает физический и душевный комфорт, активизирует жизненную позицию, защитные силы организма, укрепляет общее состояние, снижает частоту заболеваний и обострений хронических заболеваний, а также включает в себя различные составляющие, одна из них – физически активная жизнь [2, 7].

Студенты проводят за гаджетами большую часть времени, что является одной из причин неправильного образа жизни. Отдавая предпочтение социальным сетям, геймингу, вместо спортивных игр, люди получают ряд отрицательных последствий. Малоподвижность молодого поколения может сказаться, как и на здоровье человека, так и на общество в целом [6]. Слабая мотивационно-потребностная среда у студентов к занятиям массовым спортом, которые помогают им воспитывать в себе психофизиологические качества, черты, свойства личности вызывают в будущем у них низкую физическую подготовленность. В освещении этой проблемы и в пропаганде здорового образа жизни особое место занимают СМИ [1, 4]. Они имеют большое влияние в формировании сознания, воспитания взглядов человека на мир. Платформой для создания интереса у студентов к занятиям физической активностью является Интернет, так как молодое поколение является основным пользователем данной сети, следовательно, они наиболее часто встречаются рекламу в мировой паутине, связанную с физической культурой и спортом. Благодаря такому подходу, агитирующему здоровый образ жизни, СМИ удастся мотивировать студентов к поддержанию здоровья, а именно, к занятиям физической культурой и спортом [3].

Целью является оценка влияния средств массовой информации на мотивацию к занятиям физической культурой и спортом студентов ИргУПС.

Методы исследования. В течение 2020-2021 учебного года было проведено анонимное анкетирование 121 студента Иркутского государственного университета путей сообщения (далее – ИргУПС). Опрос проводился в Google форме по 10 предложенным вопросам, с целью выявления основных источников информации и оценке мотивации к физической активности молодых людей. В исследовании приняли участие студенты (n=121) факультета «Строительство железных дорог» (далее – СЖД) в возрасте от 17 до 21 года, из которых было 75 девушек и 46 юношей.

Результаты исследований. Согласно данным опроса установлено, что 72% студентов занимаются физической культурой и спортом.

На первый вопрос «С какой целью Вы занимаетесь физической культурой и спортом?», 35% опрошенных студентов ответили «Для поддержания физической формы», 29% – дали ответ «Забочусь о своем здоровье», 19% респондентов сказали «Для психоэмоционального состояния (получения удовольствия от занятий)» и 17% – отметили отсутствие определенной причины.

На второй вопрос «Как часто Вы занимаетесь физической культурой и спортом?» студенты ответили следующим образом: 1 раз в неделю – 26%, 2-3 раза в неделю – 41%, 4 и более раз в неделю – 9%, нет постоянного графика – 11%, не занимаюсь физической культурой – 13% (рис.1).

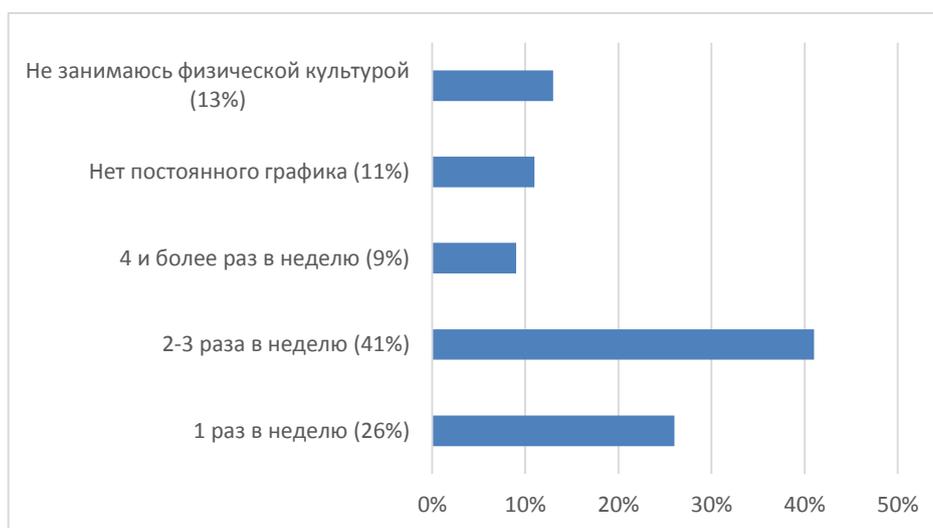


Рисунок 1. Как часто Вы занимаетесь физической культурой и спортом?

На третий вопрос «Является ли Ваш образ жизни подвижным?», 64% студентов ответили отрицательно и 36% положительно. Основными причинами, которые мешают заниматься физической культурой и спортом, стали: «Лень и отсутствие мотивации» – 39%, «Недостаток времени» – 27%, «Отсутствие интереса к данному виду деятельности» – 22%, «Состояние здоровья» – 5%, а также 7% опрошенных студентов отметили отсутствие определенной причины (рис. 2).

На четвертый вопрос «Хотели бы Вы повысить свой уровень физической активности?», респонденты ответили положительно – 84%, отрицательно – 16%.



Рисунок 2. Причины, которые мешают заниматься физической культурой и спортом?

На пятый вопрос «Что дает Вам спортивный образ жизни?», 52% студентов ответили «Хорошую физическую форму», «Бодрое настроение» – 24%, «Проведение свободного времени с пользой» – 10%, «Повышение иммунитета» – 8%, «Спортивная карьера в будущем» – 6% (рис. 3).

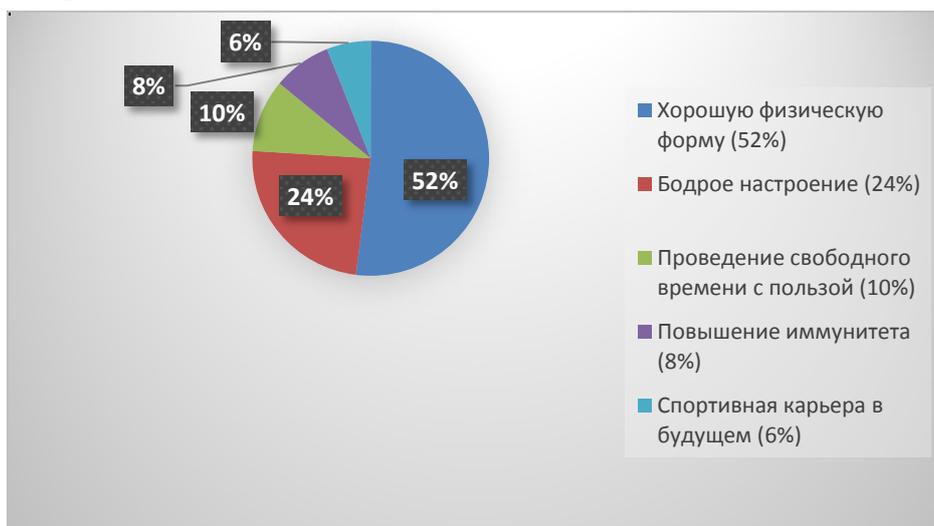


Рисунок 3. Что Вам дает спортивный образ жизни?

По результатам проведенного опроса студентов факультета СЖД можно сказать, что молодые люди ИрГУПС сталкиваются с рядом проблем, связанным с нехваткой организации своей физической нагрузки. Следующие вопросы были направлены на определение источников информации в СМИ, направленных на повышение заинтересованности к занятиям физической культурой и спортом, а также влияния их на мотивацию обучающихся к физическим нагрузкам.

На шестой вопрос «Часто ли Вы замечаете рекламу о занятиях физической культурой?», 43% студентов ответили «Да», 41% – «Иногда», 16% – «Нет».

Наиболее распространенным источником информации о физической культуре и спорте (седьмой вопрос) стали: «Интернет» – 64%, «Телевидение» – 23%, «Пресса (газеты, журналы)» – 8%, «Радио» – 5% (рис. 4).

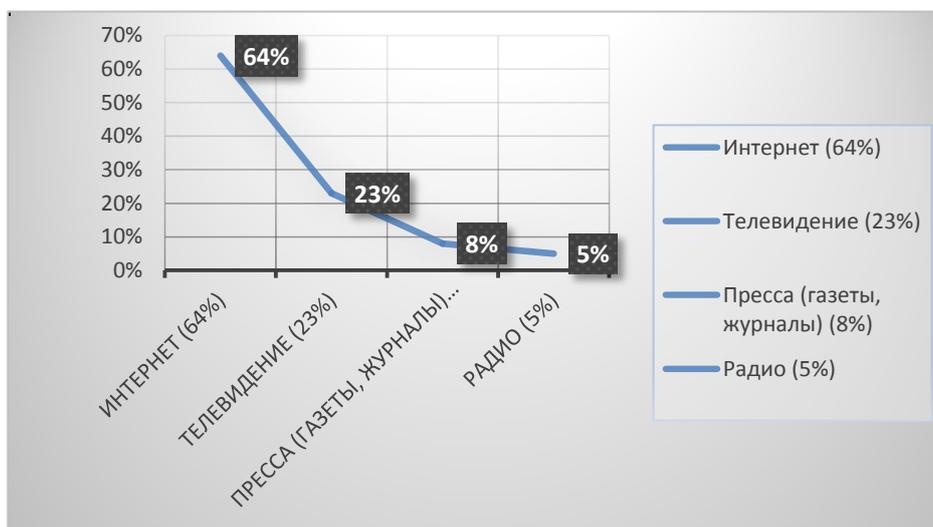


Рисунок 4. Наиболее распространенный источник информации о физической культуре и спорте?

Вследствие того, что самым популярным источником стал Интернет, были предложены два вопроса, определяющие в каком формате информация чаще всего представлена и какой формат больше привлекает студентов.

На восьмой вопрос «В каком формате Вы чаще встречаете информацию?» результаты были такими: «Мотивирующие изображения и записи из социальных сетей» – 34%, «Блог или статья» – 27%, «Баннеры и вывески» – 25%, «Медиа или аудиофайлы» – 14%.

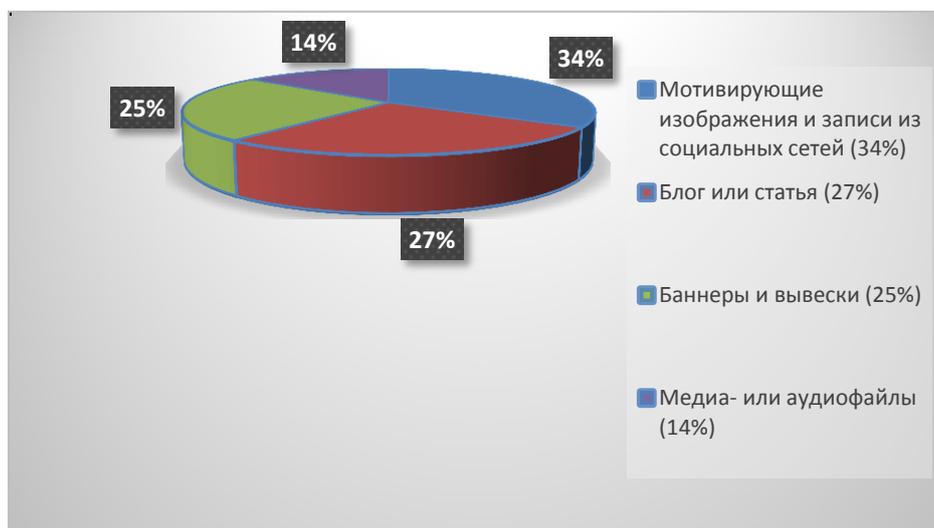


Рисунок 5. В каком формате Вы чаще встречаете информацию?

На девятый вопрос «Мотивирует ли Вас реклама к занятиям физической культурой?», были получены ответы: 48% – отметили «Да», 31% – отметили «Нет» и 21% – «Иногда».

На последний вопрос «Важна ли для вас реклама с целью мотивации к занятиям физической культурой?» положительно ответили 53% опрошенных и 47% отрицательно.

Выводы. По результатам опроса установлено, что большинство студентов факультета СЖД занимаются физической культурой и спортом, но при этом их образ жизни остается малоподвижным. Основными факторами, мешающими заниматься физической активностью студентам являются: лень, отсутствие интереса к данному виду деятельности, отсутствие мотивации, недостаток времени. Из этого следует, что молодежь не может правильно

организовать свое время и не имеет заинтересованности в этом и в занятиях физической культурой и спортом в целом. В целом студенты хотели бы повысить уровень своей физической активности. Студенты выбрали самым популярным источником информации о физической культуре и спорте – Интернет. Материал часто представлен различными способами, из которых наиболее интересными форматами являются мотивирующие изображения и записи в социальных сетях и блог или статья. В результате проведенного опроса было выявлено, что реклама является одним из основных источников в развитии интереса к занятиям физической культурой и спортом у студентов ИрГУПС.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Войтик Е.А. Концепции раскрытия темы «Спорт как элемент здорового образа жизни» в современных российских СМИ / Е.А. Войтик // Рецензируемый, реферируемый научный журнал «Вестник АГУ». – 2013. – №4 (128) – С. 184-190.

2. Гавриченко Е. А. Роль средств массовой информации в формировании здорового образа жизни / Е. А. Гавриченко // Молодой ученый. – 2018. – №18. – С. 157-161.

3. Иванова С.Ю., Иванников В.Г., Сантеева Е.В., Сабадаш Я.Г. Формирование мотивации к ведению здорового образа жизни и занятиям физической культурой студентов вуза – URL <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-motivatsii-k-vedeniyu-zdorovogo-obraza-zhizni-i-zanyatiyam-fizicheskoy-kulturoy-studentov-vuza/viewer> (дата обращения: 29.04.2021).

4. Исмиянов В.В., Балан В.С., Рыбина Л.Д. Социально-педагогический анализ проблемы организации физического воспитания студентов-сирот в обеспечении здорового образа жизни / В.В. Исмиянов, В.С. Балан, Л.Д. Рыбина // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 10 (164). – С. 106-110.

5. Колокольцев М.М., Наталевич Л.Ф. Физическая культура студентов в техническом вузе: учебное пособие / М.М. Колокольцев, Л.Ф. Наталевич [и др.]. – Издательство: ИРНИТУ. – 2016. – 302 с.

6. Корнилина Т.П., Попов В.Ю., Бурьгина Т.А., Шеметова Г.Н. Использование гаджетов среди студенческой молодежи и их воздействие на здоровье студентов и формирование патологии – 2017 г. – URL <https://cyberleninka.ru/article/n/ispolzovanie-gadzhetrov-sredi-studencheskoy-molodezhi-i-ih-vozdeystvie-na-zdorovie-studentov-i-formirovanie-patologii/viewer> (дата обращения: 29.04.2021).

7. Перегудова Н.В., Рудов М.В. Популяризация здорового образа жизни среди студенческой молодежи в контексте физкультурно-оздоровительной деятельности – 2015 г. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/populyarizatsiya-zdorovogo-obraza-zhizni-sredi-studencheskoy-molodezhi-v-kontekste-fizkulturno-ozdorovitelnoy-deyatelnosti/viewer> (дата обращения: 29.04.2021).

8. Поляничко Н.А., Колтан С.В. Современное состояние проблемы организации культурно-досуговой деятельности работающих женщин, ведущих малоподвижный образ жизни / Н.А. Поляничко, С.В. Колтан // Наука и школа. – 2012. – №5. – С. 121-122.

Сведения об авторах:

Сизых Вадим Петрович

Студент группы ТБ. 2-19-1,

Факультет «Строительство железных дорог»,

Иркутский государственный университет путей сообщения,

664074, г. Иркутск, ул. Чернышевского 15, Российская Федерация

e-mail: Vadim602528@yandex.ru

Исмиянов Владимир Владимирович

Кандидат педагогических наук, доцент

Иркутский государственный университет путей сообщения,

664074, г. Иркутск, ул. Чернышевского 15, Российская Федерация
e-mail: ismiyanov@yandex.ru

Information about the authors:

Sizykh Vadim Petrovich
Student of the ТВ. 2-19-1 group,
Faculty of Railway Construction,
Irkutsk State University of Railway
Engineering, 15 Chernyshevskogo str., Irkutsk, 664074, Russian Federation
e-mail: Vadim602528@yandex.ru

Ismiyanov Vladimir Vladimirovich
Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor
Irkutsk State University of Railway
Engineering, 15 Chernyshevskogo str., Irkutsk, 664074, Russian Federation
e-mail: ismiyanov@yandex.ru

Для цитирования

В.П. Сизых, В.В. Исмиянов Формирование мотивации студентов ИрГУПС к физической культуре и спорту при помощи средств массовой информации [Электронный ресурс] // Молодая наука Сибири: электронн. научн. журн. – 2021. – №2 – Режим доступа: <https://mnv.irgups.ru/toma/121-2021> свободный. – Загл. с экрана. – Яз. Рус., англ.

For citation

*Sizykh V.P., Ismianov V. V. FORMATION OF MOTIVATION OF IRGUPS STUDENTS TO PHYSICAL CULTURE AND SPORTS WITH THE HELP OF MASS MEDIA [Electronic resource] // *Molodaya nauka Sibiri: ehlektronnyj nauchnyj zhurnal* [Young Science of Siberia: electronic scientific journal], 2021, no. 2. - <https://mnv.irgups.ru/toma/121-2021>*