

2. Ценность двигательной активности в молодом и среднем возрасте [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://moluch.ru/archive/444/97387/> – Дата доступа: 28.01.2025.

3. Снежицкий, П. В. Двигательная культура: генезис, состояние, проблемы : монография / П. В. Снежицкий. – Гродно : ГГАУ, 2022 . – 282 с.

4. Жадько, Д. Д. Состояние физической подготовленности студенток ГрГМУ в 2013/2014 учебном году / Д. Д. Жадько, В. В. Григоревич // Актуальные проблемы медицины: материалы ежегод. итоговой науч.-практ. конф.; 27 янв. 2015 г., г. Гродно: в 2 ч. / ГрГМУ; редкол.: В. А. Снежицкий (отв. ред.). – Гродно, 2015. – Ч. 1. – С. 230-232.

ПРИЧИНЫ СНИЖЕНИЯ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ К ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Рыжко Д.А., Стельмашек Н.А.

Гродненский государственный университет имени Янки Купалы
Научный руководитель – *Полещук А.М.*

REASONS FOR THE DECREASE IN STUDENTS' MOTIVATION TOWARDS PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS ACTIVITIES

Ryzhko D.A., Stialmashak N.A.

Yanka Kupala Grodno State University

Scientific supervisor – *Paliashchuk A.M.*

Аннотация. Статья посвящена изучению причин и предпосылок снижения мотивации студентов к физкультурно-спортивной деятельности. Выявлены наиболее существенные причины снижения мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом, взаимосвязанные между собой и требующие комплексного подхода к решению.

Ключевые слова: мотив, мотивация, физическая культура, физкультурно-спортивная деятельность, студенты

Abstract. The article is devoted to the study of the causes and prerequisites for the decrease in students' motivation for physical education and sports activities. The most significant reasons for the decrease in students' motivation for physical education and sports activities are identified, which are interconnected and require a comprehensive approach to the solution.

Keywords: motive, motivation, physical education, physical education and sports activities, students

Введение. Система мотивов студента на освоение ценностей физической культуры составляет аксиологический компонент физической культуры личности, связанный с ценностными ориентациями в сфере физической культуры и с совокупностью социальных ценностей в целом [1, с. 167]. Специалисты утверждают, что определение мотивационных приоритетов и интересов

студентов к занятиям физической культурой и спортом дает возможность сформировать потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями, определить эффективность построения процесса физического воспитания в учреждениях высшего образования [2, с. 19]. При этом формирование положительной мотивации студентов к регулярным занятиям физической культурой происходит в процессе реализации потребностей студентов в двигательной активности [3]. Однако на практике, несмотря на очевидные преимущества физической активности для здоровья и благополучия, студенты все чаще проявляют низкую мотивацию к участию в физкультурно-спортивной деятельности [4]. Выявление причин этого явления требуют дальнейшего изучения, что делает актуальными исследования в данном научном направлении.

Цель исследования. Изучить причины и предпосылки снижения мотивации студентов к физкультурно-спортивной деятельности.

Материалы и методы. В исследовании использовались теоретические методы: анализ научно-методической литературы и результатов научных исследований, систематизация и обобщение литературных сведений. Были проанализированы материалы научной базы данных eLibrary.ru и научной периодики российской электронной библиотеки «Лань». Далее был проведен отбор статей, наиболее полно рассматривающих проблемы мотивации студентов к занятиям физической культурой и спортом. Выполнено сравнение результатов опубликованных исследований с выявлением наиболее существенных причин снижения мотивации студентов к физкультурно-спортивной деятельности.

Основная часть. Как показывает анализ научных публикаций последних лет, существует множество причин и факторов, которые препятствуют развитию мотивации студентов к физкультурно-спортивной деятельности.

В ряде исследований установлено, что мотивация студентов напрямую связана с психологическими особенностями возраста, пола, интересов, потребностей, физиологических, социальных и других показателей. Даже социальные условия жизни студента сильно влияют на его мотивацию к различным видам деятельности и, в том числе, в сфере физической культуры. Степень активность в реализации двигательной деятельности определяется уровнем внимания к массовой физической культуре в обществе, подходами в семейном и школьном воспитании, оценкой важности спортивно-двигательной деятельности на всех этапах физического совершенствования человека [5].

Одной из самых главных причин снижения у студентов мотивации к физкультурно-спортивной деятельности, по мнению В. Д. Иванова и Ю. П. Кондаковой, является отсутствие у них свободного времени. Студенты постоянно вовлечены в учебную деятельность и сталкиваются со значительными учебными нагрузками по профильным предметам, что приводит к низкой мотивации к двигательной активности, а нередко к ее полному отсутствию. Общее количество выявленных исследователями причин отрицательной мотивации к физкультурно-спортивной деятельности подразделены

на три подгруппы: психологические, социальные и медико-биологические причины [6].

Результаты исследования причин демотивации студентов к двигательной деятельности, проведенного Е. А. Волковой, С. Л. Хаустовым, Ш. А. Шамсутдиновым, показали, что сниженный интерес к физической культуре обуславливается, прежде всего, внешними неустойчивыми формами поведения студентов в социуме. Среди внутренних причин, сказывающихся на общем уровне заинтересованности, авторы отмечают самую острую – игнорирование индивидуальных предпочтений обучающихся при организации видов и направлений физкультурно-двигательной деятельности в вузе [7].

Изучение В. Д. Прошляковым объективных и субъективных факторов, влияющих на состояние здоровья и двигательную активность студентов, показало, что решающим условием повышения мотивации студентов к регулярным самостоятельным занятиям физическими упражнениями во внеурочное время является приобретение ими знаний по основам оздоровительной физической культуры. Кроме получения знаний источниками повышения мотивации к регулярным занятиям физическими упражнениями являются хорошая материально-техническая база, оптимальный выбор времени, места и формы занятий [8].

В исследовании И. П. Щенковой и Д. Н. Прянишниковой установлено, что снижение мотивации студентов к занятиям физическими упражнениями не способствует полной утрате интереса к физкультурно-спортивной деятельности в целом. В большинстве случаев студенты не только заинтересованы в получении зачета по результатам изучения учебной дисциплины «Физическая культура», но и мотивированы на поддержание собственной физической формы [9].

Заключение. Таким образом, исследование причин снижения мотивации современной студенческой молодежи к физкультурно-спортивной деятельности показывает многоаспектность данной проблемы. Множество причин, от изменения образа жизни и высоких учебных нагрузок до психологических барьеров и недостатка свободного времени, влияют на мотивацию студентов к занятиям физической культурой и спортом, взаимосвязаны между собой и требуют комплексного подхода к решению.

Список литературы:

1. Коровин, С. С. Ценностный потенциал физической культуры в воспитании личности : учебное пособие / С. С. Коровин, Т. М. Панкратович. – Оренбург : ОГПУ, 2018. – 212 с.
2. Горностаева, Ю. В. Особенности физического совершенствования студентов-легкоатлетов в рамках элективного курса : учеб.-метод. пособие / Ю. В. Горностаева. – Москва : РУТ (МИИТ), 2019. – 52 с.
3. Туренков, А. Н. К вопросу исследования мотивации спортивной и физкультурно-оздоровительной деятельности студентов вузов / А. Н. Туренков, Л. Н. Скотникова, Е. С. Сидоров // Вестник Кемеровского государственного университета. – 2013. – № 2. – С. 120-125.

4. Болдов, А. С. Проблемы мотивации в физкультурно-спортивной деятельности у студентов творческих специальностей и направлений подготовки / А. С. Болдов [и др.] // Наука и спорт: современные тенденции. – 2020. – № 4. – С. 86-92.

5. Ключков, А. В. Проблемы мотивации студентов высших учебных заведений к занятиям физической культурой / А. В. Ключков, И. А. Букас, А. М. Решетовский // Совершенствование системы подготовки кадров в вузе: направления и технологии : сб. науч. ст. / редкол. : А. К. Лушневский (гл. ред.) [и др.]. – Гродно : ГрГУ, 2020. – С. 170-172.

6. Иванов, В. Д. Проблемы мотивации студентов к физкультурно-спортивной деятельности / В. Д. Иванов, Ю. П. Кондакова // Актуальные проблемы педагогики и психологии. – 2022. – Т.3 – № 11. – С. 32-39.

7. Волкова, Е. А. Анализ причин демотивации студентов к двигательной деятельности и здоровьесбережения и пути их решения / Е. А. Волкова, С. Л. Хаустов, Ш. А. Шамсутдинов // Проблемы современного педагогического образования. – 2023. – № 81-4. – С. 74–77.

8. Прошляков, В. Д. О здоровье и двигательной активности студентов образовательных организаций высшего образования / В. Д. Прошляков [и др.] // Физическое воспитание и студенческий спорт. – 2023. – № 2. – С. 188-193.

9. Щенкова, И. П. Анализ причин отсутствия мотивации современных студентов вузов к занятиям физической культурой / И. П. Щенкова, Д. Н. Прянишникова // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. – 2021. – № 4–1. – С. 199–202.

THE ROLE OF PHYSICAL ACTIVITY IN THE PREVENTION OF TYPE 2 DIABETES MELLITUS

Saparbaeva J.S., Saparbaev Z.S., Abdullaeva D.G.

Tashkent Medical Academy

Scientific supervisor – *Abdullaeva D.G., Doctor of Medical Sciences*

Abstract. Type 2 diabetes mellitus (T2DM) is a chronic progressive disease associated with impaired carbohydrate metabolism, leading to serious complications. The aim of this article is to analyze the role of physical activity in the prevention of T2DM and its complications. Data from surveys and laboratory studies involving 160 patients with T2DM are presented. The study emphasizes the importance of early diagnosis of risk factors, physical activity, and lifestyle modification for improving the quality of life of patients.

Keywords: type 2 diabetes mellitus, physical activity, glycated hemoglobin, glucose, prevention

Introduction. Type 2 diabetes mellitus (T2DM) is characterized as a heterogeneous disease that develops as a result of a combination of genetic and acquired factors. The predisposition to T2DM is based on an individual's genome, which may contain gene alleles that can trigger the disease under the influence