

ОСОБЕННОСТИ И МОТИВАЦИЯ ЗАНЯТИЙ СТУДЕНЧЕСКИМ СПОРТОМ В БЕЛОРУССКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ МЕДИЦИНСКОМ УНИВЕРСИТЕТЕ

Хонский А.Ю., Игнатенко М.В.

Белорусский государственный медицинский университет
Минск, Республика Беларусь

Актуальность. В контексте реализации Государственной программы «Здоровье народа и демографическая безопасность Республики Беларусь» на 2021-2025 годы особое значение приобретает формирование здорового образа жизни среди студенческой молодежи [1]. Студенты-медики, находясь в условиях интенсивного умственного напряжения и высокого уровня стресса, составляют группу риска по развитию гиподинамии и связанных с ней заболеваний. В этой связи студенческий спорт в БГМУ выступает не только как элемент физического воспитания, но и как важнейший ресурс сохранения здоровья будущих врачей и профилактики их профессионального выгорания [2, с. 56]. Однако существующий потенциал используется не в полной мере, что требует глубокого изучения мотивационной сферы студентов и факторов, влияющих на их вовлеченность в спортивную жизнь университета.

Цель. Изучить особенности и определить структуру мотивации занятий студенческим спортом среди учащихся БГМУ для разработки целевых мер по повышению их спортивной активности.

Задачи исследования:

1. Оценить уровень вовлеченности студентов БГМУ в систематические занятия спортом.
2. Выявить и ранжировать доминирующие мотивы и барьеры для занятий в спортивных секциях университета.
3. Проанализировать удовлетворенность студентов работой спортивного клуба и материально-технической базой БГМУ.
4. Разработать практические рекомендации для администрации университета и спортивного клуба БГМУ.

Методы и организация исследования. Исследование проводилось на базе Белорусского государственного медицинского университета в период с сентября по декабрь 2024 года. В анкетировании приняли участие 280 студентов 1-3 курсов лечебного, педиатрического и медико-профилактического факультетов. Для решения поставленных задач был использован комплекс методов:

1. Анализ научно-методической литературы и нормативных документов, регламентирующих физкультурно-спортивную деятельность в вузах Республики Беларусь.

2. Анкетирование, разработанное авторами и включавшее вопросы о частоте и виде спортивной активности, мотивах, барьерах и пожеланиях по развитию спортивной инфраструктуры.

3. Статистический анализ данных с использованием методов описательной статистики и корреляционного анализа в программе IBM SPSS Statistics 23.

Результаты и их обсуждение. Уровень вовлеченности в спортивную деятельность. Результаты анкетирования показали, что лишь 22,5% (63 человека) из опрошенных студентов БГМУ регулярно (не менее 3 раз в неделю) посещают спортивные секции или фитнес-клубы. Около 48% (134 человека) занимаются эпизодически (1-2 раза в неделю), а 29,5% (83 человека) не занимаются организованной двигательной активностью вообще. Наиболее популярными видами спорта среди респондентов оказались плавание, игровые виды (волейбол, баскетбол) и общая физическая подготовка в тренажерном зале.

Структура мотивации. Анализ мотивов, побуждающих студентов к занятиям спортом, выявил следующую иерархию (по 5-балльной шкале Ликерта):

«Снятие эмоционального напряжения и стресса после учебы» – 4,8±0,3 балла.

«Стремление укрепить здоровье» – 4,7±0,4 балла.

«Улучшение физической формы» – 4,5±0,5 балла.

«Общение со сверстниками» – 3,9±0,6 балла.

«Возможность представлять университет на соревнованиях» – 3,2±0,8 балла.

Полученные данные коррелируют с исследованиями других авторов, отмечающих высокий уровень учебного стресса у студентов-медиков и их осознанное отношение к спорту как к инструменту психофизиологической разгрузки [3, с. 112].

Выявленные барьеры. Основными препятствиями, ограничивающими спортивную активность, респонденты назвали:

1. Высокая учебная нагрузка и нехватка времени (89% опрошенных).

2. Неудобное расписание работы спортивных секций (65%).

3. Отсутствие информации о работе спортивного клуба БГМУ (41%).

4. Ограниченный выбор секций (28%).

Удовлетворенность материально-технической базой. Только 35% студентов, посещающих секции, оценили материально-техническое обеспечение спортивной базы БГМУ как «хорошее» и «отличное». Наиболее частыми пожеланиями были: обновление инвентаря в тренажерных залах, увеличение количества часов для свободного посещения бассейна и открытие новых секций (например, скалолазания, единоборств).

Выводы:

1. Установлен недостаточно высокий уровень вовлеченности студентов БГМУ в систематические занятия спортом, что требует целенаправленной работы по популяризации студенческого спорта.

2. Выявлена специфическая структура мотивации, где доминируют психогигиенические и оздоровительные мотивы, связанные с высокой учебной нагрузкой в медицинском вузе.

3. Определены ключевые барьеры, главным из которых является дефицит времени, что указывает на необходимость более гибкого подхода к организации тренировочного процесса и его интеграции в учебный график.

4. Разработаны практические рекомендации для руководства БГМУ и спортивного клуба:

Внедрение «плавающего» расписания спортивных секций с учетом занятости студентов на разных курсах и факультетах.

Активное использование официального сайта и социальных сетей БГМУ для информирования о работе спортивного клуба, достижениях команд и проводимых мероприятиях (Дни здоровья, внутривузовские турниры).

Рассмотреть возможность организации кратких (30-45 минут) спортивных «разминок» или занятий по релаксации в перерывах между лекциями. Может не на перерыве, а во время пар как в школе делают «пятиминутки», например, так: рассмотреть введение, «пятиминутных» спортивных разминок в расписание пар.

Инициировать работу по обновлению и модернизации спортивного инвентаря в рамках программы развития материальной базы университета.

Список литературы

1. Государственная программа «Здоровье народа и демографическая безопасность Республики Беларусь» на 2021–2025 годы : утв. Постановлением Совета Министров Респ. Беларусь от 28 янв. 2021 г. № 50 // Нац. реестр правовых актов Респ. Беларусь. – 2021. – 5/48366.

2. Дмитриев, С. В. Физическая культура и спорт в профессиональной подготовке студентов-медиков / С. В. Дмитриев, И. И. Григорьева. – Минск : БГМУ, 2022. – 178 с.

3. Петрова, Л. Н. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе медицинского вуза / Л. Н. Петрова // Здоровоохранение. – 2023. – № 5. – С. 110–115.

4. Отчет о работе спортивного клуба Белорусского государственного медицинского университета за 2023-2024 учебный год. – Минск : БГМУ, 2024. – URL: <http://www.bsmu.by/page/6/210/> (дата обращения: 10.11.2025).

5. Министерство спорта и туризма Республики Беларусь. Концепция развития физической культуры и спорта в Республике Беларусь до 2025 года. – Минск, 2020. – URL: <https://www.mst.by/ru/koncersiya-2025/> (дата обращения: 12.11.2025).