

4. *Верхошанский, Ю. В.* Основы специальной физической подготовки спортсменов. М.: Физкультура и спорт, 1988. 331 с.

5. Гимнастика с методикой преподавания / Под ред. Н.К. Меньшикова. М.: Просвещение, 1990. С. 177–183.

УДК 373.1.02; 159.947; 159.947.5

*Колесникова И. С., Кетриш Е. В.*

*Российский государственный профессионально-педагогический университет, Екатеринбург*

*ira93.00@mail.ru*

## **ОСОБЕННОСТИ МОТИВАЦИИ ШКОЛЬНИКОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ**

**Аннотация.** В статье приводится исследование особенностей мотивации школьников к занятиям физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельностью: рассматриваются факторы, влияющие на мотивацию школьников к занятиям физической культурой, анализируются результаты анкетирования школьников 11–12 лет, связанное с исследованием мотивации к занятиям физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельностью.

**Ключевые слова:** мотивация, школьники, физкультурно-оздоровительная деятельность, спортивная деятельность.

*Kolesnikova I. S., Ketrish E. V.*

*Russian state professional pedagogical University, Ekaterinburg*

*e-mail: ira93.00@mail.ru*

## **PECULIARITIES OF SCHOOLCHILDREN'S MOTIVATION FOR PHYSICAL EDUCATION AND SPORT ACTIVITIES**

**Abstract.** In the article the study of the features of the motivation of schoolchildren for physical culture and sports activities is considered: the factors influencing the motiva-

tion of schoolchildren for physical training are analyzed, the results of the questioning of schoolchildren of 12-13 years, connected with the study of motivation to engage in physical culture and sports activities, are analyzed.

**Keywords:** Motivation, schoolchildren, sports and recreational activities, sports activities

Среди разнообразных причин, детерминирующих активность человека, особое место занимают потребности и мотивы поведения и деятельности.

Теории мотивации человека к выполнению той или иной деятельности стали появляться ещё в работах древних философов. В настоящее время таких теорий насчитывается уже не один десяток. Мотивация (от лат. *movere*) – это побуждение к действию; динамический процесс, управляющий поведением человека, определяющий его направленность, организованность, активность и устойчивость; способность человека деятельно удовлетворять свои потребности [1, 2, 3, 8].

Каждая жизненная ситуация для человека характеризуется поставленной им целью, к достижению которой с разной степенью вероятности могут привести различные действия. Чем более значим результат действий, тем сильнее мотивация, направленная на достижение цели. Анализируя многочисленные теории мотивации, мы пришли к выводу, что для того чтобы предсказать, как поведет себя человек в той или иной ситуации, важно знать: какое значение лично для него имеет достижение поставленной цели и как он оценивает свои шансы на успех [5, с. 55–57].

Цель нашей работы – исследование особенностей мотивации школьников к занятиям физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельностью.

Объект исследования – мотивационная сфера школьников. Предмет исследования – мотивация школьников 11-12 лет к занятиям физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельностью.

Основная гипотеза заключается в предположении, что мотивация к занятиям физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельностью тесным образом связана с возрастными особенностями занимающихся и организационно-педагогическими условиями образовательного процесса по физической культуре.

Для проведения исследования нами были выделены следующие задачи:

1. Проанализировать научную и учебно-методическую литературу и систематизировать информацию по проблеме мотивации к ведению здорового образа жизни.

2. Выделить факторы, влияющие на мотивацию школьников к занятиям физической культурой и спортом.

3. Провести анкетирование школьников 12–13 лет для исследования мотивации к занятиям физкультурно-спортивной деятельностью и проанализировать результаты.

Для исследования мотивации школьников к занятиям физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельностью мы проанализировали и систематизировали мотивационные аспекты человека, связанные с желанием заниматься физической культурой и вести здоровый образ жизни. «Мотивация здоровья» может успешно сформироваться при реализации на практике двух основополагающих принципов:

- возрастного принципа, согласно которому воспитание «мотивации здоровья» у человека необходимо начинать в детском возрасте, учитывая особенности развития ребенка на каждом этапе его жизни;

- деятельностного принципа, по которому «мотивацию здоровья» следует создавать через оздоровительную практико-ориентированную деятельность по отношению к себе, т. е. формировать новые качества пу-

тем выполнения физических упражнений. У детей эта задача решается под руководством тренера или родителей, а на этапе обучения в школе ведущую роль играет учитель физкультуры.

Реализация данных принципов формирует у человека собственный стиль здорового образа жизни.

По мнению В.К. Бальсевича, Г.Д. Горбунова и др., у занимающихся физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельностью основными мотивами являются: сохранение и укрепление здоровья, получение удовольствия от занятий (приятное времяпрепровождение), общение, желание родителей. В структуре мотивации к занятиям физической культурой и спортом важно учитывать и общественные, моральные мотивы и мотивы самоутверждения, самовыражения. Успешное формирование положительной мотивации к занятиям физической культурой возможны только при правильном соотношении общественного и индивидуального мотивов. Пренебрежение одним из них, игнорирование того либо другого мотива одинаково приводит к негативным результатам (к мотивации избегания неудач).

При изучении возрастной динамики мотивации к занятиям физической культурой и спортом мы выявили, что содержание и структура мотивации существенно изменяется по мере взросления ребенка. Для педагога по физической культуре существенное значение имеет изучение мотивации к занятиям на разных возрастных этапах становления личности по следующим признакам: время достижения поставленных целей; методы формирования и поддержания установки на достижение успеха; виды возможных поощрений; виды совместных мероприятий для формирования коллектива; способы повышения эмоциональности занятий; особенности личности учителя физической культуры.

Специалисты в области физической культуры и спорта выделяют общие и конкретные мотивы, побуждающие подростков к занятиям физ-

культурно-спортивной деятельностью [4, с. 113–114]. К общим мотивам следует отнести желание школьника заниматься двигательной активностью и физическими упражнениями вообще, он не выбирает чем именно заниматься. К конкретным мотивам относится желание выполнять, какие либо определенные упражнения или заниматься каким-то видом спорта. Например, почти все младшие школьники отдают предпочтение занятиям, организованным с использованием игрового метода физического воспитания: подвижные игры, элементы спортивных игр и т. д. Интересы подростков уже более дифференцированы: одни предпочитают заниматься гимнастическими упражнениями, другие циклическими видами спорта [2].

Большую роль в формировании устойчивой мотивации к занятиям физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельностью у школьников играет профессионально-педагогическая деятельность учителя физической культуры.

Образовательный процесс должен иметь личностно-ориентированный характер [6], когда преподаватель выступает не только как руководитель, но и как человек, создающий благоприятные условия для самостоятельного и осмысленного учения, активизирующий и стимулирующий любознательность и познавательные мотивы учащихся.

Реализация индивидуально-дифференцированного подхода будет способствовать росту мотивации школьников к занятиям.

Опытно-поисковая работа по определению особенностей мотивации школьников к занятиям физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельностью проводилось в одной из средних школ г. Екатеринбурга. В исследовании приняло участие 52 школьника (28 девочек и 24 мальчика), средний возраст которых составлял 11–12 лет. В рамках проведения исследования мы разработали анкету, состоящую из

пяти вопросов, при этом респондентам предлагалось на каждый вопрос выбрать один из предлагаемых вариантов ответов.

Результаты исследования (в % от общего числа опрошенных) представлены ниже

Вопрос 1. Любите ли вы делать физические упражнения и заниматься спортом?

78 % – активно и с удовольствием занимаются физической культурой и спортом; 22 % – к физической активности относятся негативно.

Вопрос 2. Какова цель ваших занятий физкультурой и спортом?

24 % – общение с друзьями, отдых, развлечение; 22 % – развитие физических качеств; 14 % – желание стать здоровым; 16 % – коррекция фигуры, достижение совершенного телосложения; 9 % – воспитание волевых качеств; 5 % – развитие эстетических чувств, в том числе «чувство прекрасного»; 5 % – выработка потребности к регулярному выполнению физических упражнений; 5 % – не могут посещать занятия по состоянию здоровья.

Вопрос 3. Что вас побуждает заниматься физкультурой и спортом?

20 % – желание заработать хорошую оценку; 14 % – пообщаться со сверстниками; 13% – боязнь отстать от сверстников; 10 % – стремление показать свои способности; 10 % – улучшение своей физической подготовки; 10 % – удовлетворение потребности в движении; 8 % – желание выполнять физические упражнения; 7 % – желание улучшить свою фигуру; 5 % – стремление улучшить состояние здоровья и самочувствие; 3 % – ничего не мотивирует.

Вопрос 4. Что мешает вам заниматься физической культурой?

30 % – нежелание преодолевать трудности и совершать малейшее волевое усилие, т.е. лень; 30 % – отсутствие свободного времени; 18% – большая загруженность другими предметами школьной программы; 10 % – отсутствие интереса к занятиям; 7 % – недостаток спортивного ин-

вентаря в школе; 5 % – не видят смысла в занятиях физической культурой и спортом.

Вопрос 5. Что в деятельности преподавателя по физической культуре побуждает вас к занятиям?

26 % – поддерживает, хвалит, убеждает в дальнейших успехах и победах; 20 % – заканчивает занятие раньше и отпускает раньше с уроков; 17 % – приводит примеры из собственного опыта; 12 % – вместо занятия просит выполнить другую работу (полить цветы в классе, прибратся в спортзале и прочее) 11 % – предлагает ученикам самим выбирать тему уроков и направление занятий; 7 % – проявляет индивидуальный интерес к спортивным достижениям; 7 % – не побуждает нас заниматься физической культурой.

Результаты опытно-поисковой работы подтвердили выдвинутую нами гипотезу – мотивация к занятиям физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельностью зависит от возрастных особенностей занимающихся и организационно-педагогических условий образовательного процесса по физической культуре.

Основной целью занятий физической культурой и спортом школьников 11–12 является общение с друзьями, единомышленниками своего возраста. Такие результаты вполне объясняются возрастными особенностями учащихся (подростковый период) и ведущим видом деятельности на данном этапе жизни.

Для подростков главным является интимно-личностное общение со сверстниками, а не учебная деятельность, а так же ярко выражена направленность на свои собственные уже сформировавшиеся интересы. Проведенное исследование показало, что на мотивацию к занятиям физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельностью влияют условия, в которых она проходит и в большей мере эти условия зависят от

профессиональной деятельности педагога по физической культуре и спортивного тренера.

### Список литературы

1. *Ильин Е. П.* Мотивация и мотивы. СПб.: Питер, 2000. 512 с.
2. *Ильин Е. П.* Психология спорта. СПб.: Питер, 2009. 352 с.
3. *Мухина В. С.* Возрастная психология. Москва: Академия, 2006. 608 с.
4. Теория и методика оздоровительной физической культуры: учебное пособие / Н. В. Третьякова, Т. В. Андрюхина, Е. В. Кетриш; под общ. ред. Н. В. Третьяковой. М.: Спорт, 2016. 280 с.
5. *Третьякова Н. В., Федоров В. А.* Качество здоровьесберегающей деятельности образовательных организаций: теория и технология обеспечения: монография. Екатеринбург: Рос. гос. проф.-пед. ун-т, 2014. 208 с.
6. *Федоров В. А., Третьякова Н. В.* Профессионально-педагогическое образование в России: историко-логическая периодизация // Образование и наука. 2017. № (3). С. 93-119. DOI:10.17853/1994-5639-2017-3-93-119
7. Формирование мотивации к занятиям физической культурой у младших школьников [Электронный ресурс] Режим доступа. URL:<http://festival.1september.ru/articles/578365>
8. *Tretyakova N. V., Fedorov V. A., Dorozhkin E. M., Komarova M. K., Sukhanova E. I.* Student Readiness Formation for Activities Oriented to Health Saving // International Journal of Environmental and Science Education. 2016. V. 11. № (15). P. 8281-8292.