

# ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ У ШКОЛЬНИКОВ 9-11 КЛАССОВ К ФИЗКУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ



*Аронова Т.В. – к.п.н.,  
доцент кафедры  
педагогике РГУФКСМиТ  
atv.info@mail.ru*



*Королёва О.П. –  
магистрантка кафедры  
педагогике РГУФКСМиТ*

**Ключевые слова:** мотивация к физкультурной деятельности, физическая культура в школе.

**Keywords:** motivation for physical activity, physical education in school.

**Резюме.** *Статья посвящена обоснованию и разработке педагогических условий формирования мотивации у школьников 9-11 классов к физкультурной деятельности.*

**Summary.** *Article is devoted to the justification and development of pedagogical conditions of formation of motivation among schoolchildren in grades 9-11 to physical activity.*

**Постановка проблемы.** Важной стратегической задачей реформирования образования на современном этапе развития российского общества является необходимость содействия физическому, психическому здоровью молодежи, утверждение приоритетов здорового образа жизни, которые закладывается с детства. Поэтому здоровье учащихся в большей степени зависит от эффективности оздоровительной работы в школе. Педагоги, физиологи, медики, гигиенисты, психологи в последнее время отмечают постепенное снижение двигательной активности и повышение уровня умственной нагрузки на нервно-эмоциональную сферу учащихся в связи с интенсификацией процесса обучения. Исследования в области школьной гигиены и медицины свидетельствуют об «омоложении» и росте числа заболеваний сердечно-сосудистой, нервной системы и нарушений обменных процессов. Ю.Г. Васин, М.Ф. Лебедь, В.И. Лях и др. в своих исследованиях обращают внимание на то, что в школе значительная часть учеников приобретают хронические болезни, при этом вред наносит не сам умственный труд, а – малоподвижный образ жизни. Поэтому, особую роль для учащихся в школе должна играть потребность в занятиях физическими упражнениями, направленными на сохранение и укрепление здоровья.

В работах Л.В. Волкова, В.И. Ляха, А.Г. Сухарева показано, что для поддержания высокой работоспособности организма необходима мышечная работа, которую учащиеся должны выполнять каждый день. По состоянию на сегодняшний день, уроки физической культуры в общеобразовательных школах компенсируют лишь малую часть необходимого суточного объема движений. М.В. Антропова, З.И. Кузнецова, Г.Г. Манке, Р.В. Силла, Д.В. Колесов в своих работах отмечают снижение среднесуточного объема двигательной активности у большинства учащихся 9 – 11-х классов на 35-45%, что не только ниже гигиенических норм, но и недостаточно для нормального физического развития и поддержания оптимального уровня двигательной активности. Для корректировки этого явления необходим новый подход к физическому воспитанию в школе, направленный не только на развитие двигательных способностей, умений и навыков учащихся, но и способный формировать у школьников мотивацию к физкультурной деятельности и воспитывать в них потребность к физическому самосовершенствованию.

Обзор научно-методической литературы показал, что проблема формирования мотивации к занятиям физической культуры у школьников 9-11 классов мало изучена. Так, Л.В. Волков,

Таблица 1

Мотивы к занятиям физкультурной деятельностью	%
Удовольствие от движений	87
Положительные эмоции	85
Общение	84
Игровая деятельность	79
Двигательная активность	76
Физкультурно-спортивные интересы	76
Приобретение практических навыков	73
Сохранение здоровья	65
Приобретение спортивной формы	52
Коррекция фигуры. (Похудение.)	48
Повышение самооценки	44
Оценка окружающих	42

О.Д. Дубогай, М.И. Жаворонкова, В.И. Лях, В.М. Платонов рассматривали вопросы совершенствования методики физического воспитания, Г.Г. Водолажский, М.П. Козленко, В.Ф. Новосельский, И.А. Рыбакова анализировали вопросы повышения эффективности уроков физической культуры. Проблему самостоятельных занятий физическими упражнениями, которые выполняются в виде домашних заданий, исследовали Г.П. Богданов, О.М. Козленко, Г.Б. Мейксон, Г.А. Пастушенко, К.Г. Плотников, В.М. Шаулин, В.В. Шерета, М.Д. Зуболий, М.П. Козленко, М.С. Солопчук, В.В. Столитенко, А.Л. Турчак в своих исследованиях рассматривали вопросы формирования у учащихся потребностей физического совершенствования. Но практически не встречается работ, направленных на изучение проблемы формирования мотивации школьников 9-11 классов к физкультурной деятельности, которая остается на данный момент малоизученной.

**Цель исследования** – научное обоснование педагогических условий формирования мотивации у школьников 9-11 классов к физкультурной деятельности.

#### **Задачи исследования:**

- проанализировать научно-методическую литературу и подходы современных исследователей к вопросу формирования мотивации у школьников 9-11 классов к физкультурной деятельности;
- дать характеристику понятиям «мотив», «мотивация» и их компонентов;
- определить и научно обосновать педагогические условия формирования мотивации у школьников 9-11 классов к физкультурной деятельности;
- разработать методические рекомендации по их практической реализации.

Методологическую основу исследования составили современные идеи и положения философской, психологической и педагогиче-

ской наук о законах познания и отражения действительности в сознании; концепция развития национального образования на основе развития индивидуализации, гуманизации и демократизации обучения; педагогические концепции развивающего и проблемного обучения; личностно-ориентированные технологии обучения; идеи личностно-деятельностного подхода к формированию сложных личностных образований и обеспечение педагогического взаимодействия, сотрудничества, сотворчества в системе «учитель-ученик».

**Организация исследования.** Исследование проходило на базе московской школы № 1415. В исследовании приняли участие 57 учеников 9-11 классов (18 учеников 9 класса, 20 учеников 10 класса и 19 учеников 11 класса) и проводилось в несколько этапов. На первом этапе мы выявили предпочтения и мотивы учеников к занятиям физкультурой. На втором этапе для занятий на 3-м дополнительном уроке физической культуры была предложена программа занятий с учетом интересов учеников разных возрастных групп и половой принадлежности. Повторное тестирование показало положительную динамику, заключающуюся в увеличении количества занимающихся на уроках физической культуры. Также отмечалось сокращение пропусков занятий в связи с болезнью.

**Результаты исследования.** Проведенное нами анкетирование показало, что мотивы учеников 9 и 10 классов отличаются незначительно, в то время как у учеников 11 класса преобладают иные мотивы, побуждающие заниматься физкультурной деятельностью.

В таблице 1 представлены мотивы, являющиеся приоритетными для учеников 9-го и 10-го классов.

Из анализа приведенных мотивов видно, что для учеников 9 и 10 классов главными мотивами

Таблица 2

<b>Мотивы к занятиям физкультурной деятельностью</b>	<b>%</b>
Оценка окружающих	98
Приобретение спортивной формы	86
Коррекция фигуры. Похудение	85
Повышение самооценки	77
Приобретение практических навыков	74
Физкультурно-спортивные интересы	73
Положительные эмоции	72
Двигательная активность	71
Общение	70
Игровая деятельность	58
Удовольствие от движений	56
Сохранение здоровья	55

к занятиям физкультурной деятельностью являются удовольствие от движений (87% ответов респондентов), положительные эмоции (85%), общение (84%). А среди видов двигательной активности ученики данной возрастной группы предпочитают спортивные игры (79%).

Для подавляющего количества учеников 11 класса оказалась важна оценка окружающих (98%). Этот момент можно объяснить популярной у современной молодежи практикой «Селфи», когда собственные фотографии выставляются на всеобщее обозрение в социальных сетях. Поэтому для учащихся 11 классов приоритетными становятся мотивы к физкультурной деятельности, позволяющей приобрести хорошую спортивную форму (86%), скорректировать фигуру, в том числе похудеть (85%).

По результатам выявленных предпочтений, школьникам была предложена программа для 3-го дополнительного урока физической культуры, учитывающая их основные мотивы к физкультурной деятельности. Программа для учеников 9 и 10 классов представляла собой комплекс, состоящий из чередования спортивных и подвижных игр, что позволяло ученикам получить удовольствие от движений и реализовать потребность в общении. Это отметили 73% учеников.

Программа для учеников 11 класса состояла из комплекса силовых упражнений для юношей, направленных на приобретение спортивной формы и упражнений комплекса занятий

фитнес – аэробикой для девочек, направленных на коррекцию фигуры, что способствовало не только повышению самооценки занимающихся, но и их оценки у окружающих. Это отметили 77% опрошенных учеников. Предложенная программа была положительно оценена школьниками, что сказалось на увеличении количества учеников, посещающих занятия физической культурой на 18% (9 класс), 23% (10 класс) и 25% (11 класс).

**Заключение.** Школьники 9-х и 10-х классов имеют схожие мотивы к физкультурной деятельности, предполагающие удовольствие от движений, положительные эмоции, общение. Среди видов двигательной активности ученики данной возрастной группы предпочитают спортивные и подвижные игры. Ученики 11-х класса имеют иные мотивы для занятий физической культурой, и, в первую очередь, это высокая оценка их внешнего вида в глазах окружающих. Поэтому для учащихся 11 классов приоритетными становятся мотивы к физкультурной деятельности, позволяющей приобрести хорошую спортивную форму, скорректировать фигуру, в том числе похудеть.

Для того, чтобы приобщить школьников к регулярной физкультурной деятельности, была составлена и апробирована программа физкультурных занятий, которая не только отвечала запросам учеников, но и способствовала сохранению и укреплению здоровья, о чем свидетельствует сокращение количества пропусков занятий физической культуры по болезни.

## Литература.

1. Ильин, Е.П. Мотивация и мотивы / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2006. – 512 с.
2. Лях, Т.И. Педагогическая психология: Учебное пособие для студентов, обучающихся по специальности 031900 – Специальная психология / Т.И. Лях. – Тула: изд-во Тул. гос. пед. ун-та им. Л.Н.Толстого, 2005. – 295 с.
3. Маркова, А.К. Формирование мотивации учения: Кн. для учителя / А.К. Маркова, Т.А. Матис, А.Б. Орлов. – М.: Просвещение, 1990. – 191 с.
4. Маслоу, А. Мотивация и личность / А.Маслоу. – СПб.: Питер, 2006. – 352 с.