

Формирование мотивации к занятиям физической культуры в школе*Жакова Екатерина Алексеевна**Приамурский государственный университет им. Шолом-Алейхема**Студент***Abstract**

Актуальность данной темы заключается в том, что большое количество школьников на протяжении последних лет ведут малоподвижный образ жизни. Многие школьники предпочитают тратить свое время на компьютерные игры, просмотр телевизора и посещение различных социальных сетей, а не на полезное времяпровождение. У ребят физическая подготовка стала хуже, прослеживается низкий уровень положительной мотивации к занятиям спортом и физкультурой. Из-за недостатка двигательной активности появляются нарушения опорно-двигательного аппарата. Таким образом, очень важным является повысить мотивацию у школьников к занятиям физкультурой и спортом. Во время написания статьи было проведено небольшое исследование методом анкетирования на предмет мотивации, а также даны некоторые рекомендации по повышению мотивации у обучающихся начальной школы к занятиям физической культуры.

Ключевые слова: мотивация, мотив, младшие школьники, учитель, физическая культура.

Formation of motivation to lessons of physical culture at school*Zhakova Ekaterina Alekseevna**Sholom-Aleichem Priamursky State University**Student***Abstract**

The urgency of this problem is: over the past years, there has been an alarming situation - health has worsened and physical education of schoolchildren has been traced a low level of positive motivation for systematic physical training, sports, and healthy lifestyles for schoolchildren in general schools. In the article, a questionnaire was conducted on the subject of motivation, and recommendations were given to increase the motivation of younger schoolchildren for physical training.

Keywords: motivation, motive, junior schoolchildren, teacher, physical culture.

Мотивация (от лат. *movere*) является динамическим процессом психофизиологического плана, который управляет поведением человека, побуждает к какому-либо действию, предопределяет его направленность,

организованность, активность и устойчивость. Другое определение понятия «мотивация» гласит, что это способность человека деятельно удовлетворять свои потребности. [4]

Как отмечает Асеев В. Г., понятие мотивации у человека, по всеобщему признанию, включает в себя все виды побуждений: мотивы, потребности, интересы, стремления, цели, влечения, мотивационные установки, или диспозиции идеалы и т. д. В наиболее широком смысле мотивация иногда определяется как детерминация поведения вообще [1].

Мотивом называется побуждение к какой-либо деятельности. Мотивы подразделяются на общие и конкретные. К общим относят, например, желание обучающегося младших классов заниматься физическими упражнениями, в этом случае ему все равно, чем заниматься. Конкретным мотивом называется желание выполнять какие-либо определенные упражнения, выбор школьника заниматься каким-то определенным видом спорта. Ученики начальных классов во время уроков физической культуры отдают предпочтение подвижным играм [5].

Мотивы посещения уроков физкультуры у каждого школьника абсолютно разные. Ученики, которым нравятся эти уроки, считают необходимым посещать их ради того, чтобы улучшить свое физическое состояние и укрепить здоровье. Обучающиеся, которым не нравятся уроки физкультуры, вынуждены присутствовать на этих уроках для того, чтобы получить отметку, с целью избежать возможных неприятностей из-за прогулов и неуспеваемости [6].

Мотивы, которые связаны с процессом деятельности, - это удовлетворение потребности в двигательной активности и удовольствие, которое вызвано получением острых впечатлений от соперничества (азарт, эмоции радости и т.д.).

Соответственно принято различать две большие группы мотивов:

- 1) познавательные мотивы, связанные с содержанием учебной деятельности и процессом ее выполнения;
- 2) социальные мотивы, связанные с различными социальными взаимодействиями школьника с другими людьми [3].

Как отмечает Е.П.Ильин, у младших школьников возникают новые социальные мотивы, новые социальные установки, связанные с чувством долга и ответственности, с необходимостью получения образования («быть грамотным»). Так, согласно данным И.М.Вереникиной, в период от 8 до 10 лет число детей, которые мотивируют свою учебную деятельность чувством долга, увеличивается, но к сожалению, уменьшается количество ребят, которым действительно интересно посещать уроки физкультуры. Чаще всего руководство школ не пытается изменить процесс обучения школьников для того, чтобы сформировать у детей положительную мотивацию. Во многих школах недостаточное количество инвентаря и оборудования для спортивных залов, очень часто приводит к удушению мотивации у ребят. Единственным действующим мотивом, побуждающих школьников посещать уроки физической

культуры, является получение высокой оценки или похвалы; ради этого ребенок готов немедленно заниматься и старательно выполнить все задания, которые даны учителем [2].

Нами проводилось исследование с детьми младшего школьного возраста на летней оздоровительной площадке школы №14 города Биробиджана. С целью изучения мотивации, учащихся начальных классов к посещению уроков физической культуры, было задано 3 вопроса 50 школьникам.

По результатам проведенного нами анкетирования мы сделали следующие выводы:

На вопрос «Как Вы относитесь к урокам физической культуры?»

60% школьников ответили, что им нравятся уроки физической культуры.

36% школьников ответили, что им не нравятся уроки физической культуры.

4% затруднились ответить на вопрос.

На второй вопрос «Почему Вы посещаете уроки физической культуры?»

30% школьников ответили, что им интересен урок.

30% школьников ответили, что любят подвижные игры.

25% школьников ответили, что заставляют ходить родители.

15% затруднились ответить на вопрос.

На третий вопрос «Нравятся ли вам новые упражнения, игры?»

74% школьников ответили, что нравятся.

10% школьников ответили, что не нравятся.

16% затруднились ответить на вопрос.

Таким образом, у детей 1-4 классов сформирована положительная мотивация на занятиях физической культуры. Это объясняется тем, что младшие школьники испытывают потребность в двигательной активности. Также в начальных классах эмоциональная активность и самовыражение в обществе в достаточном количестве можно получить на уроках физической культуры. Для поддержания положительной мотивации на занятиях по физической культуре нужно систематически давать ученику соответствующую информацию о том, как правильно необходимо выполнять то или иное упражнение. По мере достижения поставленных целей школьнику можно рассказать о более сложных вариантах выполнения, данных упражнений. На занятиях физической культурой необходимо объяснить ученику, что все неудачи связаны с недостаточностью собственных усилий.

Во время проведения анкетирования ребята охотно отвечали на вопросы, многие школьники ответили, что очень любят именно подвижные игры. Обучающиеся также отметили, что им нравится «новизна» в уроках физической культуры, но не всегда она имеет место быть.

Анализ проведенного исследования позволил прийти нам к следующим заключениям:

Младшим школьникам нравится занятия физической культурой, они участвуют в соревнованиях, спортивных праздниках.

Для повышения мотивации школьников необходимо внедрять в уроки новые элементы в двигательных действиях, упражнениях, играх.

Учеников необходимо хвалить искренне.

Нужно говорить об ошибках ученика во время выполнения упражнений на уроке, но необходимо сделать это так, чтобы не обидеть и не задеть ребенка, потому что это может отрицательно сказаться на мотивации к занятиям физкультурой.

Также важно вдохновлять детей, показывать им упражнения так, чтобы ребята хотели равняться на учителя.

Библиографический список

1. Асеев В.Г. Мотивация поведения и формирования личности. М.: Мысль, 1976. 158 с.
2. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы. СПб.: Питер, 2000. 512 с.
3. Маркова А.К. Формирование мотивации учения в школьном возрасте: Пособие для учителя. М.: Просвещение, 1983. 96 с.
4. <https://ru.wikipedia.org/wiki/Мотивация>
5. <http://psylist.net/sport/fivo044.htm>
6. http://studopedia.ru/17_52404_sotsialno-psihologicheskie-fenomeni-v-sporte-liderstvo-rukovodstvo-splochnost-konflikti-agressivnost-konformnost-fasilitatsiya.html