

УДК 159.947.5:[796-055.25]

ИССЛЕДОВАНИЕ МОТИВАЦИИ ДЕВУШЕК 12-14 ЛЕТ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

Пивень А.Ф.

Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет
имени Григория Сковороды

Лэсык В.В.

Национальная академия статистики, учета и аудита

В статье рассматриваются отношение к занятиям физической культурой девушек 12-14 лет к занятиям физической культурой, с учетом их интересов и потребностей. Представлены факторы, влияющие на отношение обучающихся к урокам физической культуры. В исследованиях принимали участие 185 девочек в возрасте 12-14 лет. Обоснована целесообразность использования предложенной методики в процессе обучения физической культуры в школах.

Ключевые слова: мотивация, подростки, урок, интерес, здоровья.

Постановка проблемы. Современные условия жизни ставят высокие требования к уровню здоровья человека. В центре внимания общества всегда была забота о здоровье детей. Необходимые изменения в организации оздоровительной работы, которые обеспечивают полноценное образование и оздоровление даже в сложных экономических условиях. Меры, которые позволят сформировать у учащихся потребность к занятиям физической культурой и спортом, способствуют формированию здорового образа жизни необходимо осуществлять с учетом интересов и потребностей детей.

В программе по физическому воспитанию учащихся (Н. Алексеев и др., 1995; В.И. Лях и др., 1996; Е.Н. Литвинов, М.Я. Виленский, Б.И. Туркунов, 1996; М.Д. Зубалий, 2001) одной из основных задач является укрепление здоровья, однако, эта задача практически не решается. Средний прирост показателей физической подготовленности (Ю.Н. Вавилов, 1990), достигнутый за год обучения (при двух уроках физической культуры в неделю), составляет только 4% у мальчиков и 3,3% – у девушек, не позволяя даже выполнять нормативы программы. Очевидно, что за два урока физической культуры, проводимых традиционными методами, невозможно ни оздоровить учеников, ни значительно повысить уровень их физической подготовленности.

С целью исправления такого негативного явления, необходим новый методический подход к физическому воспитанию в школе, направлен не только на развитие двигательных способностей, умений и навыков, но и на основе системы самостоятельных занятий, формировать у школьников мотивацию к физкультурной деятельности, воспитывать у них потребность к физическому самосовершенствованию.

Проблема повышения эффективности занятий путем изменения их содержания, использования не только общепринятых физических упражнений, но и нетрадиционных оздоровительных средств, которые позволяют усилить влияние как на физические кондиции, так и на улучшение состояния здоровья является чрезвычайно актуальной [4].

Поэтому основной задачей физического воспитания являются формирование образа жизни

подростков таким образом, чтобы у них была настоятельная потребность реализации полученных умений и навыков на уроках физической культуры в школе. При этом уроки должны носить оздоровительный характер, быть направленными на улучшение как функционального состояния, так и физической подготовленности с учетом интересов и потребностей учащихся.

Анализ последних публикаций. Как свидетельствуют работы Н.В. Андрощука, А.В. Огнестого, В.Г. Григоренка, А.З. Леонова, В.С. Язловецкого и др. В типовых школах учатся 30-50% учащихся с отклонениями в физическом и функциональном развитии, с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата, с задержкой психического развития, с нарушениями зрения и тому подобное. Дети с отклонениями в физическом и психическом развитии имеют особую потребность в занятиях физическими упражнениями, направленными на укрепление здоровья.

По состоянию на сегодняшний день, уроки физической культуры в общеобразовательных школах компенсируют только 11% необходимого суточного объема движений. Среднесуточный объем двигательной активности большинства учащихся на 35-45% ниже гигиенических норм, недостаточно для обеспечения нормального развития и оптимальной двигательной подготовленности учащихся (М.В. Антропова, З.И. Кузнецова, Г.Г. Манке, Р.В. Силла, Д.В. Колесов и др.).

В качестве оздоровительных средств, по мнению ряда авторов, могут быть использованы дыхательные упражнения (Т.Д. Кузнецова, 1996), точечный массаж биологически активных точек для профилактики простудных заболеваний (А. Тюрин, 1996; А.В. Сияков, 1999 и др.), аэробика (А.А. Ломова, 2000), шейпинг (Д.А. Скворцова, 2000). В связи с этим важным является изучение мотивов, потребностей, интересов детей в различные возрастные периоды для совершенствования системы физического воспитания.

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 вопросы формирования у учащихся потребностей физического совершенствования рассмо-

трены в исследованиях М.Д. Зубалия; М.П. Козленка; В.И. Орлова, А.Л. Турчака и др.; вопрос формирования мотивов, потребностей и отношения студентов к занятиям физическими упражнениями рассмотрены в работах М.Я. Виленского; Л.В. Волкова; Е.П. Ильина; А.Ф. Тараненко и др. Но научно обоснованных разработок формирования мотивации школьников к занятиям физическими упражнениями в доступной литературе нами выявлено в недостаточной степени.

Выделение нерешенных ранее частей общей проблемы. В контексте проблемы формирования мотивов к занятиям физическими упражнениями представляет интерес вопрос о предпочтительности различных видов учебной деятельности для учащихся 5-7-х классов. Необходимостью управления не только умственными действиями, но и мотивами приобретения знаний, поскольку результаты изучения структуры мотивов становятся основой для планирования процесса формирования мотивации.

Цель исследования. Изучение образа жизни, интересов и мотивов девушек-подростков 12-14 лет для коррекции и совершенствования системы физического воспитания в общеобразовательных школах.

Методы исследования: использовался теоретический анализ проблемы на основе изучения научной литературы по педагогике, психологии, теории и методики физического воспитания, а также анализ программно-методических и нормативных документов, педагогической практики, различные виды и формы бесед, анкетирования, опросов, наблюдений.

Результаты исследования. Уроки физической культуры – основная форма организации физического воспитания детей в школе. Именно на уроках физической культуры школьники приобретают знания, навыки, умения выполнять утреннюю гигиеническую гимнастику, физкультминутки, игры и упражнения на переменах, проводить закаливание организма, самостоятельно заниматься физическими упражнениями по месту жительства с целью повышения уровня своей физической подготовленности.

Важным педагогическим условием процесса мотивации на уроках физкультуры является воздействие формированию у школьников положительного отношения к физкультурной деятельности, а также привлечение школьников к другим формам занятий физической культурой.

Влияние уроков физкультуры на воспитание позитивного отношения школьников к занятиям физическими упражнениями зависит от многих факторов и прежде всего от качества их проведения, в частности, от того, насколько удачно подбираются упражнения, рационально организуется процесс их выполнения, экономно расходуется время, стимулируется двигательная и познавательная активность учащихся, осуществляется показ и разъяснение учителя, от позитивного настроения учителя к взаимодействию с учениками, а также от мест занятий, количества и качества инвентаря и тому подобное. Основными педагогическими средствами формирования у школьников положительного отношения к физкультурной деятельности являются: содержание учебного материала; методы обучения.

Процесс мотивации в обучении – это педагогическая деятельность учителя, которая побуждает учащихся к активной учебной работе. Необходимость мотивации обусловлена принципом активности обучения. Согласно этому принципу, что усваивается, осознается учениками исключительно через собственную активную деятельность. Все, что не стало предметом рассуждений и практической деятельности ребенка, не влияет существенно на ее развитие. Для повышения активности учащихся учитель использует разнообразные педагогические средства, направленные на раскрытие значения и содержания изучаемого, но также формирование положительного отношения к занятиям физической культурой.

Основными педагогическими средствами мотивации физкультурной деятельности является мотивирование и стимулы.

Мотивация – это совокупность фактов, аргументов и доказательств, которые использует учитель в учебной деятельности для убеждения учеников в необходимости систематических самостоятельных занятий физическими упражнениями.

В учебно-экспериментальной работе использовались типы мотивации, которые: раскрывают значимость предмета «физическая культура»; показывают значение каждого раздела комплексной программы по физическому воспитанию; направлены на убеждение учащихся в значении каждой темы учебной программы.

Формирование мотивов осуществляется более эффективно, если мотивацию сочетать с стимулами. Стимулы – это внешние, по отношению к содержанию и цели деятельности влияния, с помощью которых формируются мотивы. Мотивы отличаются от стимулов тем, что они непосредственно связаны с предметом деятельности.

Одним из важнейших стимулов повышения учебной деятельности является создание такой учебной ситуации, в которой ученик смог бы добиться успеха. Известно, что длительное отсутствие успеха формирует у учащихся негативное отношение к этой деятельности, снижает ее эффективность.

Нами было проведено исследование, которое направлено на изучение мотивов и интересов подростков. Особое внимание было уделено их отношению к занятиям физической культурой и спортом. Контингент обследованных – девушки 12-14 лет, ученики СШ № 1, СШ № 4, СШ № 7 г. Переяслав-Хмельницкий Киевской области (всего 185 человек). В разработанной нами анкете, были подобраны вопросы, направленные на определение мировоззренческих ориентиров учащейся молодежи, отношение к учебному заведению, умение использовать полученные знания, выявить стимулы повышения мотивации к занятиям физической культурой и спортом.

Что касается отношения детей к своей школе заметим, что 57% опрошенных считают, что их школа ничем не отличается от других школ, 16% считают, что она хуже других, а вот 27% детей считают свою школу лучшей.

Необходимо обратить внимание на настроение детей с которым они идут в школу. Данные показывают, что большая часть детей 70% идет в школу спокойно, с радостью всего 10%, взвол-

нованными 9%. Настораживают данные о том, что 11% детей идут в школу со страхом.

Анализируя приведенные данные, следует заметить, что большинство детей довольны системой организации учебной работы в школах. Педагогам, администрации школы следует обратить особое внимание на детей, которые боятся идти в школу. Необходимо создать благоприятные условия для адаптации детей к школьному обучению.

На вопрос «Считаете ли Вы, что полученные в школе знания помогут Вам самостоятельно решать жизненные проблемы?» только 37% детей уверены в этом, 43% детей вообще не могут ответить на этот вопрос, а 20% детей не считают знания полученные в школе как помощь в жизни.

Большинство детей осознанно считают ценностью жизни и одним из факторов, который формирует мировоззрение семью (47%), друзей (23%), материальный достаток (16%). Это свидетельствует о смещении силы влияния общественного воспитания к семейной. Важное значение для 28-29% подростков имеют перспективы профессионального роста.

Одной из проблем, которая беспокоит подростков в настоящее время – это состояние их здоровья (52%). Как известно здоровья человека формируется в детском и подростковом возрасте. По научным данным авторов (В. Завацкий, 1994; Т.Ю. Круцевич, 1999; А.С. Куц, 1993; И.А. Омеляненко, 1999; А. Сухарев, 1991), состояние здоровья школьников за последние годы значительно ухудшилось. В Целевой комплексной программе «Физическое воспитание – здоровье нации» [5] отмечается, что в Украине сложилась крайне неудовлетворительная ситуация с состоянием здоровья населения, особенно детей и подростков. Поскольку дети сознательно относятся к состоянию своего здоровья специалистам необходимо больше внимания уделять поиску рациональных средств и методов оздоровления детей в системе школьного обучения [3]. В связи с этим приоритетным ответом на вопрос: «Что побудило вас заниматься физической культурой?» является укрепление здоровья у 49% опрошенных, совет родителей в 18%, совет друзей в 15%, совет учителя в 10%, посещение соревнований в 9% и только 5% детей занимаются физической культурой для того, чтобы получить положительную оценку в школе.

Сознательное отношение к процессу физического воспитания в школе определены в ответах на вопрос о том, знания, которые они получают на уроках физической культуры способствуют улучшению здоровья: 62% детей считают «да», и 38% считают, что не влияют на улучшение здоровья.

Регулярно посещают уроки физической культуры 70% девушек, а 30% – не посещают. Однако, в анкете были поставлены контрольные вопросы, которые позволяют выявить нежелание детей посещать уроки физической культуры. На вопрос

«нравятся Вам уроки физической культуры?» 57% учащихся отметили, что посещают занятия с радостью, 24% равнодушны к урокам физической культуры, 19% ученикам уроки не нравятся. Из числа опрошенных по болезни пропускают занятия физической культуры 15% детей.

Важным фактором, влияющим на формирование здоровья является умение правильно распределять свободное время на различные виды занятий.

Большую часть времени 27% подростки проводят в общении с друзьями, 25% – играют на компьютере, 12% – смотрят телепрограммы, 5% – читают книги, 8% – занимаются спортом.

Из числа опрошенных 41% девушек занимаются физкультурно-оздоровительными упражнениями во внеучебное время, самостоятельно выполняют утреннюю зарядку, занимаются оздоровительным бегом, гимнастикой для улучшения состояния здоровья.

Повышение мотивации и положительное отношение к физической культуре состоит в том случае, если будут учтены желания и интересы детей [2]. Для этого необходимо ввести в систему школьного образования виды физически-оздоровительных занятий, которые пользуются наибольшей популярностью. По данным нашего исследования популярные среди девушек 12-14 лет: плавание (31%), аэробика, степ-аэробика (29%), спортивные игры (16%), шейпинг (6%), большой теннис (5%), восточные единоборства (4%). Негативно влияет на повышение мотивации к реализации цели самосовершенствования средствами физического воспитания невыполнение желаний подростков заниматься любыми видами спорта как в системе урочных, так и неурочных форм занятий.

Выводы исследования. Знание о реальном положении образа жизни, интересов и мотивов подростков необходимы для коррекции и активного управления образовательно-воспитательным процессом, внедрение оздоровительно-профилактических мероприятий, внедрения новых форм и средств физического воспитания для повышения эффективности занятий физической культурой и спортом.

В специальной литературе вопросы формирования положительной мотивации школьников к самостоятельным занятиям физическими упражнениями представлены недостаточно, отсутствует концептуальная основа мотивации к физкультурной деятельности. В связи с этим, даже наиболее эффективные средства и методы не могут в полной мере влиять на оптимальный уровень физического развития, двигательной подготовленности и здоровья школьников.

Дальнейшие исследования целесообразно провести в направлении изучения других проблем мотивации девушек 13-14 лет к занятиям физической культурой.

Список литературы:

1. Андреева Б.В. Программирование физкультурно-оздоровительных занятий девочек 12-13 лет: автореферат дис. канд. наук физического воспитания и спорта / Б.В. Андреева. – Киев, 2002. – 16 с.
2. Еднак Г.А. Физическая культура в школе / Еднак Г.А., Плахтий П.Д., Яценюк Ю.П. – Львов, 2010. – 260 с.
3. Круцевич Т.Ю. Мотивация к занятиям физической культурой и спортом школьников, проживающих в различных регионах Украины / Т.Ю. Круцевич, Г.В. Безверхняя // Современный Олимпийский спорт и спорт для всех. – Москва. – 2003. – Т. 1. – С. 262.
4. Пожидаев С.Н., Перепелица Е.В. Проблемы разработки и внедрения оздоровительных программ физического воспитания школьников / С.Н. Поджыдаев, Е.В. Перепелица // Актуальные проблемы физической культуры: Сб. научн. трудов. – Ростов на Дону. – 1995.
5. Про схвалення Концепції Загальнодержавної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на 2012-2016 роки: Розпорядження КМУ вчч 31.08.2011 № 828-р [Электронный ресурс].

Півень О.П.

Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди

Лесик В.В.

Національна академія статистики, обліку та аудиту

**ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЇ ДІВЧАТ 12-14 РОКІВ
ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ****Анотація**

У статті розглядаються відношення до занять фізичною культурою дівчат 12-14 років до занять фізичною культурою, з урахуванням їх інтересів та потреб. Представлені фактори, що впливають на ставлення учнів до уроків фізичної культури. У дослідженнях брали участь 185 дівчаток у віці 12-14 років. Обґрунтовано доцільність використання запропонованої методики в процесі навчання фізичної культури в школах.

Ключові слова: мотивація, підлітки, урок, інтерес, здоров'я.

Piven A.F.

Hryhoriy Skovoroda State Pedagogical University of Pereyaslav-Khmelnytsky

Lesyk V.V.

National Academy of Statistics, Accounting and Audit

**INVESTIGATION OF THE MOTIVATION OF GIRLS 12-14 YEARS OLD
TO PHYSICAL EDUCATION****Summary**

The article deals with the attitude to physical training of girls of 12-14 years old to physical training, taking into account their interests and needs. The factors influencing the attitude of students to the lessons of physical culture are presented. In the studies, 185 girls aged 12-14 years took part. The expediency of using the proposed methodology in the process of teaching physical culture in schools is substantiated.

Keywords: motivation, teenagers, lesson, interest, health.