

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Саратовский национальный исследовательский  
государственный университет имени Н.Г. Чернышевского»  
Балашовский институт (филиал)

Кафедра физической культуры и спорта

## **ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ У ПОДРОСТКОВ СРЕДСТВАМИ НАСТОЛЬНОГО ТЕННИСА**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

Студентки 4 курса 442 группы  
направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование»,  
профиля «Физическая культура»,  
факультета физической культуры и безопасности жизнедеятельности  
Евдокимовой Оксаны Вячеславовны

Научный руководитель  
доцент кафедры физической культуры и спорта,  
кандидат педагогических наук, доцент \_\_\_\_\_ Викулов А.В.  
(подпись, дата)

Зав. кафедрой физической культуры и спорта,  
кандидат педагогических наук,  
доцент \_\_\_\_\_ Викулов А.В.  
(подпись, дата)

**Балашов 2018**

## ВВЕДЕНИЕ

Актуальность темы бакалаврской работы обусловлена тем, что низкая мотивация к занятиям физической культурой — одна из острейших проблем сегодняшнего дня.

Школа - основной элемент системы образования. Школа обеспечивает преемственность поколений, аккумулируя и сохраняя в виде совокупности знаний весь накопленный опыт предшествующими поколениями, подготавливает новое поколение к жизни в определенном обществе и жизни вообще. Тем не менее, новые общественные реалии требуют в системе образования новых подходов ко всему: к целям и задачам образования, средствам и методам воспитания и обучения. Традиционные механизмы функционирования школьной системы уже не удовлетворяют основных участников образовательного процесса – детей. Значительная их часть неслучайно посещает школу по внешней необходимости, а не по внутренней потребности. В современном обществе естественная же тяга к познанию, присущая людям вообще, а детям в особенности, легко удовлетворяется средствами Internet и обилием литературы. В данном случае мы встречаемся с тем, что у обучающегося не сформировались потребности в знаниях, к учению не имеется интереса. Если говорить языком психологии, то можно сказать о том, что у школьников мотивация к учению отсутствует. Следовательно, в этом школа не осуществляет главное свое предназначение – социализацию учащихся, их приобщение к положительным образам, выработанным в обществе, а через навязывание и давление понимание ценностей не происходит – это означает, что школьник и не следует им. По этой причине формирование внутренней потребности школьников к получению систематических знаний становится важнейшей задачей современной школы.

В последние годы качество знаний школьников основной школы неуклонно снижается. Основная причина данного явления – крайне низкая мотивация у школьников к получению знаний. Вследствие этого среди

основных задач, что встают в настоящее время перед школой и, соответственно, перед каждым классным руководителем и учителем, на первом месте стоит задача развития у школьников положительной устойчивой мотивации, побуждающей их к систематической учебной работе без принуждения со стороны, по внутреннему желанию. Без такой мотивации деятельность ученика в образовательном процессе будет неэффективной.

**Объектом данного исследования** выступает процесс формирования мотивации у школьников.

**Предмет исследования** – формирование мотивации к занятиям физической культурой у школьников средних классов, посещающих секцию «Настольный теннис».

**Цель работы** – показать современные подходы по формированию положительной мотивации у подростков к занятиям физической культурой средствами настольного тенниса.

Обозначенная цель предопределила решение следующих **задач**:

1. Изучить педагогические подходы, приемы, методы по формированию положительной мотивации у школьников к учебной деятельности в среднем звене.
2. Рассмотреть условия формирования мотивации у школьников средних классов.
3. Разработать и апробировать план мероприятий по формированию положительной мотивации у подростков к занятиям физической культурой средствами настольного тенниса.

Для решения поставленных задач и проверки гипотезы были использованы следующие **методы исследования**:

- опрос (беседа);
- педагогическое планирование;
- проведение анкетирования;
- количественный и качественный анализ документов.

## ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В первой главе нашего исследования «**Теоретические аспекты изучения мотивации у школьников средних классов**» были проанализированы теоретические аспекты изучения мотивации у школьников средних классов, в частности, изучены основные научные подходы к изучению мотивации; рассмотрены особенности мотивации у школьников в средних классах.

Итак, изучив теоретические аспекты изучения мотивации у школьников средних классов, пришли к следующему выводу: в настоящее время школа не осуществляет главное свое предназначение – социализацию учащихся, их приобщение к положительным образам, выработанным в обществе, а через навязывание и давление понимание ценностей не происходит – это означает, что школьник и не следует им. По этой причине формирование внутренней потребности школьников к получению систематических знаний становится важнейшей задачей современной школы.

Мотивация – это процесс сознательного выбора человеком того или иного типа поведения, который определяется комплексным воздействием внутренних (мотивы) и внешних (стимулы) факторов. В процессе определенного вида деятельности мотивация дает возможность удовлетворить свои основные потребности посредством выполнения своих обязанностей.

Для всех школьных возрастов ведущей деятельностью является учение. Однако специфика каждого возраста определяется тем, освоение каких сторон действительности осуществляется ребенком в ходе учения. Это и определяет ведущую деятельность каждого школьного возраста.

Учебная мотивация у школьников средних классов направлена не только на получение новых знаний, сведений, но и на поиск общих закономерностей, а главное на освоение способов самостоятельного добывания знаний. Такой путь развития познавательной активности возможен лишь в том случае, если интерес к учению становится

смыслообразующим в жизни.

Анализ основных факторов, влияющих на мотивацию школьников позволяет разработать план мероприятий по формированию положительной мотивации у подростков к занятиям физической культурой средствами настольного тенниса.

Во второй главе нашего исследования **«Формирование мотивации учения школьников и средства для ее развития»** было изучено формирование мотивации учения школьников и средства для ее развития. Целью было изучить процесс мотивации у школьников средних классов на уроках физической культуры. На основе чего предлагалось внедрить и апробировать мероприятия по формированию положительной мотивации к занятиям физической культурой у подростков, посещающих секцию «Настольный теннис».

В нашей работе мы использовали метод анкетирования, представляющий собой метод сбора исследуемых данных, основанный на опросе респондентов с помощью анкет.

В качестве методики нашего эксперимента была выбрана анкета по оценке мотивации учащихся к занятиям физической культурой, разработанная М.М. Безруких и В.Д. Сонькиной. В ходе прохождения практики в МАОУ «СОШ № 15 г. Балашова Саратовской области» согласно критериям отбора, были выбраны ученики 5 «А» класса (26 испытуемых, из них 12 мальчиков и 14 девочек) в возрасте 11-12 лет.

Анализ экспериментальных данных показал:

В ходе исследования определили, что у 26,9 % обследуемых, среди которых 3 девочки (11,5%) и 4 мальчика (15,4%), мотивация к занятиям физической культурой соответствует низкому уровню (см. рисунок 1). Данный факт свидетельствует, что школьники не всегда находят возможность и желание заниматься физическими упражнениями не только в рамках учебной программы по дисциплине «физическая культура», но и вне обязательных занятий. Также можно указать, что данные респонденты не в полной мере проявляют интерес к физкультурно-оздоровительной деятельности и не

принимают в ней активного участия. Возможно, это связано с низким уровнем физической подготовленности или состоянием здоровья обследуемых, слабой мотивацией к занятиям физической культурой, которая выражается в отсутствии желания и неспособности удовлетворить личные потребности.

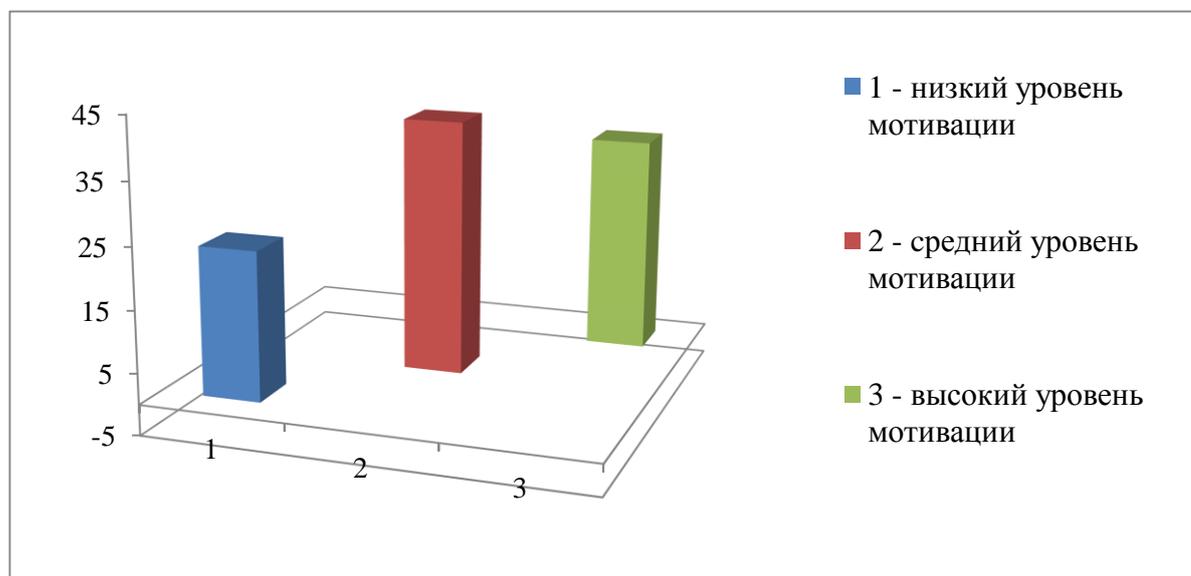


Рисунок 1. Уровни мотивации школьников к занятиям физической культурой

У 46,2% респондентов, среди которых 7 девочек (26,9 %) и 5 мальчиков (19,2 %), мотивация к занятиям физической культурой соответствует среднему уровню. Полученный экспериментальный факт указывает на то, что данная категория обследуемых занимается в большей степени с целью получения оценки и сдачи зачетных нормативов на занятиях по физической культуре, а интерес к этой дисциплине вне рамок обязательных учебных занятий отсутствует. Можно предположить, что выявленный факт связан с тем, что такие школьники не способны регулировать свои потребности, а довольно часто довольствуются тем, что уже есть и не желают ничего менять в своей школьной жизни.

У 26,9% респондентов, среди которых 4 девочки (15,4%) и 3 мальчиков (16%), мотивация к занятиям физической культурой соответствует высокому уровню. Это обусловлено тем, что наблюдаемая категория школьников достаточно серьезно относится к учебным и внеучебным занятиям по

физической культуре, проявляют высокую мотивацию к физической активности и получают удовольствие от выполнения физических упражнений. Такие респонденты четко осознают значимость физкультурной деятельности с целью укрепления здоровья, поддержания функциональных систем организма на должном уровне, а также развития морально-волевых качеств. Можно предположить, что систематические занятия физическими упражнениями положительно влияют на состояние здоровья и физическую подготовленность обследуемых. Возможно, данные школьники и в дальнейшем готовы заниматься физической культурой, вести здоровый образ жизни, используя здоровьесберегающие технологии.

Необходимо также отметить ведущие мотивы школьников к занятиям физической культурой, выявленные в ходе исследования. Полученные экспериментальные данные представлены на рисунке 2.

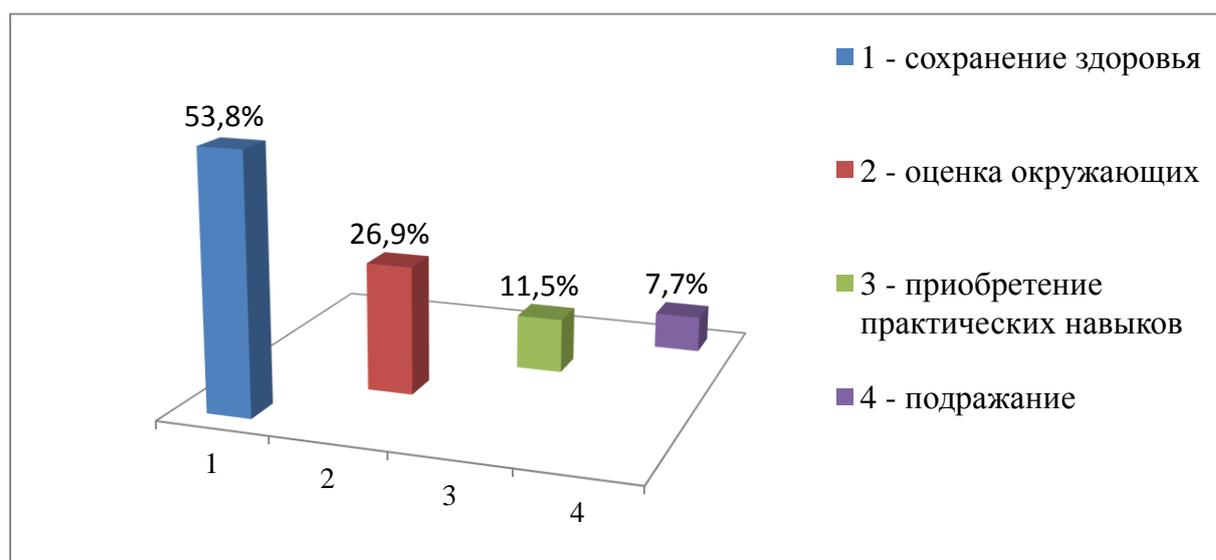


Рисунок 2. Ведущие мотивы школьников к занятиям физической культурой

Результаты исследования показали, что у 53,8 % респондентов, среди которых 8 девочек (30,8%) и 6 мальчиков (23,1%), ведущим мотивом для занятий физической культурой является сохранение здоровья. Это обусловлено тем, что пятиклассники грамотно и обоснованно с точки зрения физиологии относятся к своему здоровью и долголетию. Также можно предположить, что

школьники систематически занимаются физкультурно-оздоровительной деятельностью, которая благотворно влияет на их организм.

У 26,9% респондентов, из которых 4 девочки (15,4%) и 3 мальчика (11,5%) ведущим мотивом для занятий физической культурой является оценка окружающих. Данный факт свидетельствует о том, что наблюдаемая категория пятиклассников имеют низкую самооценку и как следствие, высокую значимость для них общественного мнения. Можно предположить, что такие учащиеся очень зависимы от мнения других людей по поводу оценки своей внешности и телосложения, поэтому в своей физкультурно-оздоровительной деятельности стараются оправдать ожидания окружающих.

У 11,5 % обследуемых, среди которых 1 девочка (3,8%) и 2 мальчика (7,7%), ведущим мотивом для занятий физической культурой является приобретение практических навыков. Возможно, такие школьники хотят быть в спорте и прилагают для этого особые усилия, получая необходимые знания, умения и навыки, чтобы в будущем иметь практическое применение своего опыта. Также данный факт может указывать на то, что данная категория школьников обладает такими качествами личности, как целеустремленность и настойчивость для достижения высоких результатов в этой области профессионально-прикладных знаний.

У 7,7 % респондентов, из которых 1 девочка (3,8 %) и 1 мальчик (3,8%), ведущим мотивом для занятий физической культурой является подражание. Мы можем предположить, что для таких школьников важны современные эталоны физически совершенного человека современности, тем самым копируя поведение, присваивая себе чужой опыт и воспроизводя движения и манеры действия.

На основе проведенного исследования можно сделать **вывод** о том, что нам удалось оценить уровни мотивации пятиклассников к занятиям физической культурой, а также установить ведущие мотивы и потребности к занятиям физкультурно-оздоровительной деятельностью среди школьников среднего звена.

Анализ экспериментальных данных показал, что большинство школьников среднего звена (46,2%) имеют средний уровень мотивации к занятиям физической культурой, у равного количества учащихся мотивация соответствует низкому и высокому уровням (по 26,9%), что обусловлено индивидуальными личностными особенностями и показателями физической подготовленности школьников в рамках обязательной учебной дисциплины в образовательном учреждении, а также внеучебных занятиях по физической культуре.

В ходе исследования у школьников среднего звена выявлены такие ведущие мотивы к занятиям физической культурой, как сохранение здоровья (53,8% респондентов), оценка окружающих (26,9% респондентов), приобретение практических навыков (11,5% респондентов) и подражание (7,7% респондентов). Выявленные ведущие мотивы отражают приоритетные направления физкультурно-оздоровительной деятельности пятиклассников и потребности современной жизни школьников среднего звена.

На основании проведенной анкеты была разработана и внедрена программа по повышению мотивации у школьников к занятиям физической культурой. На занятиях, кроме специальных упражнений по формированию технических приемов игры в настольный теннис, нами были включены подвижные игры для сплочения детей: «Муравьиная тропа», «Вот сидит наш пес Барбос», «Белые медведи», «Гуси», а так же подводящие физические упражнения в парах, группах. Кроме этого мы проводили ОФП в группах: приседания, стоя в кругу, руки на плечах; поднимания туловища, сидя в одну шеренгу руки на плечах; ходьба гусиным шагом в колонне по одному руки на плечах; выпрыгивания из приседа, стоя в кругу руки на плечах. С помощью этих упражнений дети почувствовали веру в себя, сплотились и преодолели страх перед выполнением отдельных физических упражнений.

Результаты повторного анкетирования показали эффективность программы. Большинство школьников среднего звена повысили средний уровень мотивации к занятиям физической культурой с 46,2% до 55%, высокий уровень с 26,9% до 33%, а низкий уровень снизился с 26,9% до

12%, что обусловлено индивидуальными личностными особенностями и показателями физической подготовленности. Данные результаты показывают, что средний и высокий уровни повысились на 8,8 % и 6,1%, а низкий уровень снизился на 14,9%. Согласно данным классного журнала, учащиеся 5 класса стали реже пропускать занятия физической культуры по неуважительным причинам, получать хорошие и отличные оценки по предмету.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Проведенное исследование позволяет сделать ряд следующих выводов.

Средний школьный возраст характеризуется как этап овладения самостоятельными формами работы, время познавательной, интеллектуальной активности, которая стимулируется соответствующей учебно-познавательной мотивацией.

Учебная мотивация школьников в среднем звене направлена не только на получение новых знаний, сведений, но и на поиск общих закономерностей, а главное - на освоение способов самостоятельного добывания знаний. Такое развитие познавательной активности возможно лишь в том случае, если интерес к учению становится смыслообразующим в жизни.

Благоприятными условиями перехода в среднее звено становится общая активность, потребность во взрослости, потребность в самовыражении, стремление осознать себя как личность, стремление к самоутверждению, самостоятельности.

В тоже время существуют и негативные стороны в этом возрасте – конфликтность, незрелость оценок окружающих и самого себя, внешнее безразличие к мнению учителя, отсутствие понимания связи учебных предметов с возможностями их использования в будущем.

Часто ребенок оказывается в ситуации выбора между позицией «хорошего товарища» и «хорошего ученика». Если в начальных классах

самооценка учителем формировалась на основе результатов учёбы, то в среднем звене учитываются неучебные качества, характеристики, которые проявляются в общении. Недовольство собой возрастает, возникает негативная самооценка, распространяющаяся и на учебную деятельность. Возникает потребность в положительной активности со стороны взрослых.

Обобщая характеристику учебной мотивации, следует отметить:

— учебная мотивация определяется учебно-воспитательным процессом (следовательно, изменяя сам процесс обучения, возможно повлиять на мотивацию учащихся);

— в науке выделены 5 уровней учебной мотивации (в рамках проведения экспериментальной работы необходимо использовать методы и приемы поэтапного перехода от низкой мотивации к высокой);

— выделяют типы учебной мотивации – отрицательная и положительная (формирование положительной мотивации является залогом успешной учебной деятельности, в то же время при работе с учащимися можно применять и принципы отрицательной мотивации, но только как вспомогательные);

— различают 2 большие группы учебных мотивов: познавательные, которые связаны с содержанием учебной деятельности и процессом ее выполнения и социальные, что связаны с разными социальными взаимодействиями школьника с другими людьми.

— полимотивированность учебной деятельности (следовательно, при формировании устойчивой положительной мотивации следует ориентироваться на разные мотивы, как познавательные, так и социальные);

— существование внутренней и внешней мотивации (формирование внутренней осуществляется при использовании приемов внешней).

В целях выявления уровня мотивации и выявления мотивов, которые побуждают школьников среднего звена к занятиям физической культурой, мы провели исследование на базе МАОУ «СОШ №15 г. Балашова Саратовской области».

Анализ экспериментальных данных показал, что большинство школьников среднего звена (46,2%) имеют средний уровень мотивации к занятиям физической культурой, у равного количества учащихся мотивация соответствует низкому и высокому уровням (по 26,9%), что обусловлено индивидуальными личностными особенностями и показателями физической подготовленности школьников в рамках обязательной учебной дисциплины в образовательном учреждении, а также внеучебных занятиях по физической культуре.

В ходе исследования у школьников среднего звена выявлены такие ведущие мотивы к занятиям физической культурой, как сохранение здоровья (53,8% респондентов), оценка окружающих (26,9% респондентов), приобретение практических навыков (11,5% респондентов) и подражание (7,7% респондентов). Выявленные ведущие мотивы отражают приоритетные направления физкультурно-оздоровительной деятельности пятиклассников и потребности современной жизни школьников среднего звена.

Результаты повторного анкетирования показали эффективность программы. Большинство школьников среднего звена повысили средний уровень мотивации к занятиям физической культурой с 46,2% до 55%, высокий уровень с 26,9% до 33%, а низкий уровень снизился с 26,9% до 12%, что обусловлено индивидуальными личностными особенностями и показателями физической подготовленности. Данные результаты показывают, что средний и высокий уровни повысились на 8,8 % и 6,1%, а низкий уровень снизился на 14,9%. Согласно данным классного журнала, учащиеся 5 класса стали реже пропускать занятия физической культуры по неважным причинам, получать хорошие и отличные оценки по предмету.

Очевидно, что формирование положительной мотивации следует осуществлять, используя совокупность выделенных мотивов, приведя их в систему, выявив наиболее эффективные.

Сильную и устойчивую мотивацию изучения предмета создает

возникший у школьника интерес к предмету. Существует широкий спектр приемов и способов для развития такого интереса:

- способ раскрытия учебного материала;
- отношение между мотивом и целью;
- организация работы в малых группах;
- интерес к предмету;
- проблемность обучения;
- дифференциация образовательного процесса;
- изменение подхода к пониманию качества знаний.

Для формирования положительной мотивации учения школьников используются следующие методы:

- методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности: словесные, наглядные методы, проблемно-поисковый метод, метод наблюдения, методы самостоятельной работы;

- методы стимулирования и мотивации учебно-познавательной деятельности: создание ситуаций успеха в учении;

- методы контроля и самоконтроля за эффективностью учебно-познавательной деятельности: метод самоконтроля, метод устного контроля, метод тестов, проектный метод.

Формировать интерес школьников к физической культуре помогают внеклассные и внеурочные мероприятия. Для формирования положительной мотивации к занятиям физической культурой у школьников средних классов предлагаются мероприятия по общей физической подготовке, классные часы, психологические тренинги, включающие игры на сплочение коллектива, взаимовыручки в жизни и т. д. Благодаря данным мероприятиям дети становятся подвижными и начинают любить спорт.

В заключение хотелось бы отметить, что только грамотный выбор методов и приемов, их обоснованное сочетание, учет методических особенностей использования смогут способствовать формированию положительной учебной мотивации школьников.